

КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА СОЦІАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

ДИПЛОМНА РОБОТА:

**ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ СЕКСУАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ
ЧОЛОВІКІВ ТА ЖІНОК У ТРИВАЛИХ СТОСУНКАХ**

на здобуття освітнього ступеня «бакалавр»

з напрямку 053 «Психологія»

Студентки 4 курсу 1 групи
спеціальності 053 «Психологія»
Масюк Алли Юріївни

Науковий керівник:
кандидат психологічних наук,
доцент
Корольов Дмитро Костянтинович

Допустити до захисту в ДЕК
Кафедра соціальної психології

Протокол № _____ від _____

Завідувач кафедри:

Доктор психологічних наук, професор

Коваленко Алла Борисівна

(підпис)

Київ – 2021

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ СЕКСУАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ	7
1.1. Загальна характеристика сексуальності людини.....	7
1.2. Значення сексуально-еротичної функції у тривалих стосунках.....	11
1.3. Поняття «сексуальне благополуччя» та його структура.....	16
1.4. Висновки до першого розділу.....	26
РОЗДІЛ II. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ АСПЕКТІВ СЕКСУАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ У ТРИВАЛИХ СТОСУНКАХ	29
2.1. Характеристика методів дослідження.....	29
2.2. Опис вибірки та процедура дослідження.....	35
2.3. Висновки до другого розділу.....	37
РОЗДІЛ III. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ АСПЕКТІВ СЕКСУАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ У ТРИВАЛИХ СТОСУНКАХ	39
3.1. Особливості сексуальних проявів чоловіків та жінок в тривалих стосунках.....	39
3.2. Дослідження соціокультурного аспекту сексуального благополуччя.....	42
3.3. Дослідження особистісного аспекту сексуального благополуччя.....	50
3.4. Дослідження комунікативного аспекту сексуального благополуччя.....	57
3.5. Висновки до третього розділу.....	64
ВИСНОВКИ	67
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	71
ДОДАТКИ	76

ВСТУП

Актуальність теми. Сексуальність людини є міждисциплінарною проблемою. До даної теми звертаються представники різних наукових сфер, зокрема медичної, психологічної, біологічної та соціальної. Проте, можна помітити, що в більшості цих досліджень фахівці звертають свою увагу на патологічні аспекти сексуальної взаємодії партнерів [Г. Вагнер, Р. Грін, 2015; В.А. Доморацький, 2012; С.С. Лібих, 2011; J. Giles, 2018 та ін.]. Звісно, отримані дані таких досліджень допомагають зрозуміти значну кількість механізмів формування сексуальних розладів, але вивчення сфери сексуальності людини має бути комплексним, охоплювати різні аспекти, а також вивчати її нормальне функціонування. Тому численні дослідження «сексуальних дисгармоній» повинні бути доповнені вивченням «сексуального благополуччя».

Окрім цього, більшість вчених, пояснюючи причини сексуальних порушень звертаються лише до фізіології, і так само пояснюються причини наявності або відсутності сексуальної задоволеності, досить часто за рахунок фізіологічного компоненту. Отже, складається враження, що поняття «сексуальне благополуччя» прирівнюється до поняття «сексуальна гармонія» і характеризується лише наявністю фізичного задоволення. Саме тому, поняття «сексуальне благополуччя» потребує уточнення і більш широкого дослідження.

Проте, з іншого боку, в психології досить широко висвітлена тема індивідуальних психічних порушень, що впливають на появу різних сексуальних дисфункцій в парі [М.Л. Бутовська, 2013; В.А. Доморацький, 2013; Д.Е. Шарфф, 2018]. При цьому вказується на наявність психологічних травм у одного з партнерів, комплексів і внутрішніх бар'єрів, низького рівня психологічної адаптації, розбіжності діапазонів сексуальної прийнятності та інших специфічних факторів, що лежать в основі дисгармоній психогенного походження. Однак в сучасних психологічних дослідженнях досить мало розробляється і обґрунтовується емпіричними дослідженнями уявлення про те, що в основі парного порушення можуть лежати не тільки індивідуальні

особливості кожного з партнерів, але і специфіка їх відносин всередині системи.

Незважаючи на те, що на сьогоднішній день вже накопичено значний досвід як в області системної психотерапії, так і в сфері корекції сексуальних дисгармоній, взаємозв'язок між цими двома напрямками практичної роботи з парою не є явним. У своїх роботах безліч авторів лише побічно посилаються на результати своїх практичних спостережень, які свідчать про вплив порушень у відносинах на формування сексуальних дисфункцій [Л. Берг-Крос, 2014; І. Кемпер, 2014; К. Маданес, 2019].

Узагальнюючи сказане вище, зазначимо, що актуальність роботи полягає в тому, що в існуючих на сьогоднішній день дослідженнях, як в медицині, так і в психології, повністю не беруться до уваги уявлення про сексуальне благополуччя пари з тривалими стосунками в цілому, як можливості реалізації в повній мірі сексуально-еротичної функції пари, а також отримання не тільки фізичної, а й емоційної насолоди від процесу сексуальної близькості. При цьому дослідження широкого спектра факторів (рідко психологічних) і причин сексуальних дисгармоній все ж не дозволило в повній мірі створити уявлення про власне психологічні умови сексуального благополуччя.

Мета дослідження: проаналізувати психологічні аспекти сексуального благополуччя чоловіків та жінок у тривалих стосунках.

Об'єкт дослідження: сексуальне благополуччя чоловіків та жінок.

Предмет дослідження: психологічні аспекти сексуального благополуччя чоловіків та жінок у тривалих стосунках.

Завдання роботи:

1. Проаналізувати теоретичні підходи до вивчення сексуального благополуччя.

2. Визначити відмінності в сексуальному благополуччі чоловіків і жінок в тривалих стосунках.

3. Визначити особистісні характеристики чоловіків і жінок та особливості спілкування як психологічні умови сексуального благополуччя в тривалих стосунках.

Гіпотези дослідження:

1. Досліджувані компоненти сексуального благополуччя будуть значимо взаємопов'язані між собою, причому у чоловіків і жінок буде виявлено схожість в характері зв'язку між ними;

2. Як особистісні характеристики чоловіків і жінок, так і особливості спілкування в стійких парах виступають в якості психологічних умов сексуального благополуччя, виявляючи значущі взаємозв'язки з усіма досліджуваними його компонентами.

Методи наукового дослідження: теоретичні - аналіз, систематизація та узагальнення психологічних даних з проблеми сексуального благополуччя у тривалих стосунках; емпіричні - стандартне сексологічне обстеження уявлень про фізіологічний стан статевої сфери чоловіків і жінок «СФМ» і «СФЖ» (фізіологічний компонент сексуального благополуччя) [39], «Опитувальник установок до сексу» Айзенка Г. (соціокультурний компонент сексуального благополуччя) [14]; для дослідження особистісних характеристик чоловіків та жінок було використано «Тест міжособистісних відносин» Лірі Т. [46]. Особливості процесу спілкування партнерів досліджувалися опитувальником «Особливості спілкування між закоханими» Альшиної Ю.Є., Гозмана Л.Я., Дубовського Е.М [53]. При обробці даних для визначення нормальності розподілу показників використовувався критерій Колмогорова-Смирнова, аналіз групових відмінностей проводився із застосуванням t-критерія Ст'юдента, для визначення зв'язку між змінними - метод кореляційного аналізу Пірсона.

Вибірка. У дослідження взяли участь 38 пар (76 осіб), які перебувають у тривалих стосунках не менше 3 років, у віці від 20 до 40 років. За допомогою попереднього анкетування ми виключили респондентів з наявністю фізіологічних порушень ендокринної та репродуктивної систем, а також

розладів психіки. Таким чином, вибірку склали умовно здорові чоловіки і жінки у віковому періоді активної сексуальності з постійним статевим партнером.

Надійність і достовірність результатів дослідження забезпечується методологічною обґрунтованістю вихідних теоретичних положень, використанням дослідних процедур, що відповідають завданням, застосуванням статистичних процедур обробки даних відповідного емпіричного матеріалу.

Теоретична значимість і новизна роботи полягає в розширенні наукових уявлень про сексуальне благополуччя, а також про його взаємозв'язок з особистісними особливостями чоловіків і жінок та особливостями відносин в тривалих стосунках. Емпіричне дослідження даного взаємозв'язку дозволить розширити методологічну базу в сфері розробки методів допомоги парам, що страждають від сексуальних дисфункцій, а також визначити напрям корекційної роботи. Положення і висновки дослідження дозволять оновити існуючі теоретичні уявлення про психологічні особливості сексуальних відносин як одного з аспектів міжособистісної взаємодії партнерів в нормально функціонуючих парах, що внесе вклад як у психологію і психотерапію, так і в загальну сексологію. Дані, отримані в проведеному дослідженні, сформулюють передумови для поглиблення і більш детального вивчення психологічних умов, в тому числі і міжособистісних відносин в стійких парах, здатних впливати на переживання сексуального благополуччя.

Практична значимість дослідження полягає в формуванні емпіричної підтвердженої теоретичної бази, необхідної для підвищення ефективності наданої допомоги пацієнтам, що страждають від сексуальних дисгармоній, поліпшення якості їх життя, а також вироблення системи профілактики сексуальних дисфункцій до моменту їх появи.

Структура дипломної роботи. Дипломна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків.

РОЗДІЛ I

ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ СЕКСУАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ

1.1. Загальна характеристика сексуальності людини

У Всесвітній Організації Охорони Здоров'я зазначено, що сексуальність є основним аспектом життя людини від самого народження. Її складовими є сексуальна орієнтація, гендерні ролі, стать, інтимність, задоволення та репродукція. Сексуальність може виражатися і переживатися в думках, бажаннях, фантазіях, віруваннях, установках, цінностях, діях, відносинах і ролях. Ці явища тісно пов'язані між собою, проте вони рідко виражаються та переживаються в один і той же час. Сексуальність є важливим елементом як особистого, так і суспільного життя та культури, і залежить від взаємодії різноманітних чинників, зокрема психологічних, соціальних, культурних, політичних, економічних, етичних, правових, історичних, релігійних та духовних чинників.

Однак таке уявлення не завжди існувало і навіть зараз не є загальноприйнятим в суспільстві. Так, наприклад, досі існує ряд релігійних уявлень щодо сексуальності. Серед них і теологічна концепція, яка говорить, що Бог подарував сексуальність людині виключно для продовження роду, не виконуючи більше ніяких функцій в її житті. Але існує й інший погляд, що утворився в релігійних течіях Сходу, де увага звертається на навчання мистецтву любові для отримання чуттєвого та особистісного задоволення під час статевого акту.

Так само різні погляди можна помітити не тільки в релігійних, а ще й у філософських роздумах. Наприклад, В. Соловйов [47] говорить про те, що чуттєва любов і дітонародження є взаємовиключними функціями. Він стверджує, що народжувати дітей можуть лише пари без любові, ніби-то це їх

доля, а сильна пристрасть не призначена для того, щоб залишати потомство. Тобто любов для автора – це щось схоже до божественного начала, вона має особливий містичний сенс, наділена духовними цінностями і не зводиться до фізіології. В. Розанов [43] вважав по-іншому, він, навпаки, вбачав саме в продовженні роду божественне начало, відповідно, сексуальні відносини набували при цьому певної священності. За таким підходом секс – це акт близькості між партнерами, які переживають почуття любові один до одного і мають бажання продовжити свій рід, як результат сильного союзу.

Загалом, схожі бачення щодо сексуальних відносин ще довго трималися в свідомості людей зі всього світу, але прийшов час, коли деякі вчені все таки наважились відмовитись від застарілих уявлень і спробували дослідити дане явище з нової точки зору, враховуючи індивідуальність сексуальної поведінки людини.

Одним з перших дослідників в області сексології, який наважився зробити крок до нового бачення, став А.Ч. Кінсі (1948). Він провів сексологічне опитування, яке було дуже масштабним для тих часів та мало величезну доказову базу. В ході дослідження Кінсі виявив величину діапазону індивідуальних проявів сексуальності людини, охарактеризував динаміку вікових сексуальних проявів, а також зміг розкрити кореляційні зв'язки між ними і цілим рядом соціальних факторів, таких як ступінь освітнього рівня, економічної забезпеченості, приналежності до різних релігійних течій і т.д. [6]. Своїм дослідженням Кінсі показав, що недостатньо вивчати лише фізіологічну сторону сексуальності, але все ж результати дослідження не розкрили тему нормативності в психології. Однак в наступному масштабному дослідженні науковці більше звернули увагу саме на цю проблему. У. Мастерс і В. Джонсонс в 1966 році в спеціально обладнаній лабораторії провели спостереження за більш ніж 10000 повних статевих актів (694 людини). В ході спостереження вони використовували новітню реєстраційну апаратуру, яка фіксувала сновні фізіологічні параметри стану учасників дослідження. Це дослідження допомогло описати фізіологічні особливості різних патологічних

станів сексуальної сфери, а також розділити сексуальний акт на чотири фази [38].

Незабаром, під впливом масштабніш попередніх досліджень, почали з'являтися й інші роботи, які розширили і доповнили одержані дані. Серед таких праць опинилися роботи Х. Каплана, Г.С. Васильченко, І.С. Кона і багатьох інших [20; 30; 36]. Виходячи з того, що емпіричні знання все більше розширювались, сучасні вчені вирішили, що необхідно прийняти інтегративну модель сексуальності під назвою Тріумвіальна концепція, яку запропонували С.Т. Агарков і Е.А. Кащенко. В основі даної концепції сексуальності людини лежить ідея про етапність змін особистості в сукупності соматогенезу, соціогенезу і психогенезу. Під соматогенезом розуміються зміни у фізичному, внутрішньому і зовнішньому стані людини протягом її розвитку. Соціогенез має на увазі взаємодію людини з її соціальним оточенням, що є частиною розвитку особистості в соціокультурному контексті. Під психогенезом розуміються зміни психічного світу людини в процесі філо- та онтогенезу [31].

Досить довго в науці була популярною думка про те, що сексуальність людини виконує не тільки функцію продовження роду і має біологічну детермінованість, а також виконує рекреаційну функцію через отримання чуттєвого задоволення. Пізніше багато авторів у своїх дослідженнях довели, що в процесі еволюції не тільки людина, але і цілий ряд вищих тварин почали використовувати сексуальну функцію як для отримання сексуального задоволення, так і в контексті знакових функцій у відриві від репродуктивних завдань [17; 34]. У своїх працях С.Т. Агарков наводить дані про те, що в дослідженнях багатьох різних авторів була доведена багатофункціональність сексуальності у близько 450 видів тварин. Такі дані щодо філогенезу сексуальності тварин нашоствхнули вчених на думку про те, що в процесі еволюції і розвитку психіки сексуальність пройшла шлях від жорстко запрограмованої поведінки до гнучкої та вибіркової, де людина є вершиною еволюційного ланцюга [12].

Але І.С. Кон у своїй роботі «Введення в сексологію» зазначає те, що потрібно бути обережними в теоретичних узагальненнях питань, які засновані на вивченні філогенезу, щодо сексуальності людини:

«Найбільш загальна філогенетична тенденція істотна для розуміння людської сексуальності - прогресивне ускладнення, диференціювання і автономізація сексуальної анатомії, фізіології і поведінки. Чим вище рівень біологічної організації виду, тим складнішою і багаторівневою стає система його репродуктивних органів і способів її регуляції на рівні організму. Це пов'язано також з ускладненням і автономізацією найсексуальнішої функції.» [35, С. 74-85].

Отже, поява нових уявлень про сексуальність тварин призвела до нових думок в науковому колі про те, що людська сексуальність є складноорганізованим явищем і поширюється на різні сфери міжособистісних відносин, а також набуває індивідуальні характеристики в контексті внутрішньоособистісних відмінностей людей. Наприклад, Л.І. Козловська пише, що «сексуальність дозволяє людині реалізувати свою потребу в самоактуалізації за рахунок пізнання себе через спілкування з партнером» [24, С. 3-4].

М.Д. Кибрик, професор, керівник центру медичної сексології та сексопатології, у своєму дослідженні показав, що через незадоволення сексуальних потреб у людини можуть виникати сильні фрустрації, а це, в свою чергу, може призвести як до сексуальної, так і до соціопсихологічної дезадаптації [33].

І до сьогодні дослідники з різних галузей знань не зупиняють вивчати людську сексуальність, адже це багатогранне явище і важлива сфера життя людини, тому вони пропонують все більше нових поглядів і думок стовно даної проблеми. Проте не можна сказати, що всі питання остаточно вирішені, хоча й існує достатня теоретична база знань. Не до кінці вирішеними залишаються питання стосовно відмінностей в онтогенезі сексуальності між чоловіками і жінками, їх установками, очікуваннями, поглядами, потребами і т.д., не

виявлені психологічні причини ставлення до сексуальної задоволеності, а також способи профілактики сексуальних дисгармоній різного генезу. Саме тому в рамках даної роботи ми зробили спробу дослідити маловивчені до цього часу аспекти сексуальності людини та розглянути отримані результати в контексті системи міжособистісних відносин партнерів.

1.2. Значення сексуально-еротичної функції у тривалих стосунках

Для початку зазначимо, що в системній терапії пара, розглядається як жива система. Всі елементи цієї системи взаємопов'язані між собою і, якщо відбудуться зміни хоча б в одному з них, то неодмінно наступить процес адаптації до цих змін і вся система перебудується [34]. Отже, даний підхід розглядає пару як цілісну систему, яка має завдання зберегти сформовані зв'язки між елементами, як і всі інші живі системи [40].

Кожна пара за час свого існування проходить через закономірні кризи розвитку і в цей час вона виконує свої функції за допомогою певних механізмів, до яких відносяться структура ролей, структура підсистем і кордонів між ними [41;7]. Підсистеми - це різні ролі, за допомогою яких можна виконувати певні функції пари на вибір, при цьому забезпечуючи життєдіяльність пари. Слід зауважити, що кордони між цими підсистемами окреслені правилами щодо виконання певних функцій кожним з членів [40].

Загалом функції в парі – це одна з найважливіших її характеристик, адже вони пов'язані з задоволенням основних потреб членів цієї пари. Зазвичай, виділяють такі функції пари [16]:

1. Виховна функція - задоволення індивідуальних потреб в батьківстві і материнстві;
2. Господарсько-побутова функція - задоволення матеріальних потреб, які спрямовані на збереження здоров'я і відновлення фізичних ресурсів пари;

3. Емоційна функція - задоволення потреб в симпатії, повазі, визнанні, емоційній підтримці і психологічному захисті між закоханими;

4. Функція духовного (культурного) спілкування - задоволення потреб у спільному дозвіллі і взаємне духовне збагачення закоханих;

5. Функція первинного соціального контролю - задоволення потреби у виконанні соціальних норм членами пари;

6. Сексуально-еротична функція - задоволення сексуальної потреби, яка спрямована на отримання чуттєвого еротичного задоволення і відтворення роду.

Ми зазначали, що пару слід розглядати як цілу систему, тому її функції взаємопов'язані між собою і, якщо хоча б одна з них не буде виконуватися, це викличе збій у всій системі взаємодії в парі. Отже, можна зробити висновок, що порушення сексуально-еротичної функції може виступати як первинним, так і вторинним, що виникає внаслідок порушень в інших функціях системи.

Сексуально-еротична функція може мати різну значущість для пари в залежності від різних умов функціонування самої системи. Але, якщо звернутись до наукового уявлення про нормальне функціонування системи, то виявиться, що сексуально-еротична функція є однією з основних функцій підсистеми, адже вона відповідає за реалізацію потреби як у фізичному задоволенні, так і в емоційній близькості між партнерами. Отже, сексуально-еротична функція тісно пов'язана з емоціями, а емоційна сфера в свою чергу взаємопов'язана з усіма іншими функціями пари. Таким чином, виходить, що сексуально-еротична функція отримує вплив і сама впливає на всі інші функції пари, тому просто необхідно комплексно розглядати всю структуру міжособистісних відносин між партнерами.

Для того, щоб проводити аналіз міжособистісних відносин, потрібно розуміти, які компоненти входять в їх систему. Так, Я.Л. Коломінський виділяє три компоненти, які взаємопов'язані між собою, - поведінковий, афективний і когнітивний. Поряд з цими компонентами також виділяють компоненти

міжособистісної взаємодії, а саме: взаєморозуміння, взаємовплив, міжособистісне спілкування, взаємні дії, сумісність, взаємини, співпраця [52].

Також, слід зауважити, що міжособистісне спілкування розглядається як один із феноменів взаємин, і виходячи з цього, будь-яку подію, яка відбувається у відносинах, відповідно, можна розглядати, як процес комунікації, адже спілкування відбувається як за допомогою слів, так і за допомогою багатьох інших способів. Спілкування має вербальну та невербальну сторону, і це також потрібно враховувати. Також, якщо проаналізувати будь-який тип спілкування, то можна побачити, що він завжди поєднується з іншими компонентами, з іншими типами, через це процес комунікації стає досить складним для вивчення. Про багатогранність міжособистісного спілкування писали багато авторів, які працюють в даному напрямку (П. Вацлавік, Д. Бівін, Д. Джексон, 2000; В. Сатир, 2011 року та інші). Загалом, значення процесу комунікації в житті людини надзвичайно важливе, адже вона задіяна у всіх сферах її існування [40].

Цей факт доводять і погляди науковців С.Т. Агаркова і Т.Є. Агаркової. Вони вивчали сексуальну сферу і визначили, що комунікація відіграє важливу роль у формуванні сексуальної гармонії. Агаркови вказували на те, що основою сексуальної гармонії в парі є вміння розуміти бажання партнера і через спілкування чітко виражати власні потреби, що стосуються сексуального життя. А наявність взаємних почуттів, почуття любові не завжди забезпечує повну задоволеність сексуальним життям в парі [10; 8].

Також, говорячи про сексуальну гармонію, вчені часто звертаються до аналізу сумісності в парі. В рамках цього обговорення слід відзначити, що міжособистісні відносини включають в себе багато явищ, які класифікуються з урахуванням трьох компонентів взаємодії - сприйняття і розуміння партнерами один одного, міжособистісна привабливість (тяжіння і симпатія), взаємовплив і поведінка, в тому числі, рольова.

Разом з цим слід сказати і про значення атракції в структурі сумісності. Наприклад, Л.Я. Гозман висвітлює багатоаспектність даного явища і розглядає його як [22]:

- фізичне тяжіння, яке стимулює тенденцію до об'єднання;
- залученість партнерів у специфічні особливості один одного;
- наявність емоційного зв'язку між партнерами;
- емоційна насиченість міжособистісного спілкування.

Л.Я. Гозман також виділяє основні причини атракції [22]:

- подібність між партнерами;
- особливості взаємодії між партнерами;
- особливості спілкування;
- індивідуальні властивості кожного з партнерів;
- культурний контекст;
- тимчасова детермінанта розвитку відносин.

Гозман зазначає, що привабливість партнерів виникає і зміцнюється, якщо наявна просторова близькість між ними, вони часто контактують, їх взаємодія відповідає очікуванням щодо партнера, партнери співпрацюють один з одним і між ними відсутнє суперництво. Зазвичай, процеси активної атракції проходять під час стадії закоханості в парі, потім закоханість перетворюється на зрілу любов, яку характеризують інші фактори [23].

Далі звернемося до такого компоненту міжособистісних відносин, як взаємні очікування між партнерами. С. Кратохвил вказує на те, що у кожної людини існує набір специфічних очікувань, які пов'язані з анамнезом і моделлю її пари, а також ряд загальних і типових очікувань, що характерні для суспільства, до якого вона належить. По-перше, автор виділив найпопулярніші жіночі очікування від партнера, які детерміновані культурою:

- «Посидіти і поговорити», «душевне розуміння», «відчути, що потрібно половинці», «висловлювати любов усім своїм життям».

По-друге, автор виділив основні чоловічі очікування від своїх партнерок:

- «Приготовлено, прибрано», «не турбувати турботами», «секс по першому бажанню чоловіка», «постійне захоплення» [37].

Автор виділив ці очікування, досліджуючи чеську культуру, але за рахунок того, що українське суспільство об'єднане з Європою єдиними культурними коренями, то цілком доцільно розглядати їх в контексті нашої культури також, але з пам'яткою про те, що все ж потрібні уточнення наявних специфічних відмінностей. Підводячи підсумок, хотілося б ще раз сказати, що всі перераховані вище характеристики міжособистісних відносин взаємопов'язані між собою і не можуть бути розглянуті сепаровано один від одного. В якості комплексної моделі аналізу взаємин між партнерами J.F. Cuber і P.V. Haroff пропонують класифікувати партнерські відносини за наступними стилями життя [2]:

1. Постійно конфліктні відносини – взаємодія, що супроводжується сварками, суперництвом, наявністю напруги, взаємними претензіями та образами. При цьому відносини стабільні і партнери не бажають їх розірвати.

2. Відносини з почуттями, які охолонули - взаємодія, при якій партнери поступово відчують взаємне охолодження почуттів і поступово віддаляються, що призводить до емоційного вигорання. При цьому вони зберігають відносини через спільну реалізацію господарсько-побутових і виховних функцій пари;

3. Цільові відносини - взаємодія, що характеризується взаємною байдужістю між партнерами з самого початку відносин при наявності взаємних вигод, що забезпечують базу для життя кожного з пари;

4. Живі відносини – взаємодія, що характеризується наявністю сильних взаємних почуттів, бажання партнерів спільно проводити час, відчуття високої суб'єктивної значущості цих відносин для обох і прагнення до подолання різних розбіжностей;

5. Виняткові відносини - взаємодія, що характеризується обмеженістю контактів партнерів за межами пари і фіксацією на цих відносинах, як на найвищу цінність в їх житті.

З усього вищесказаного випливає, що міжособистісні відносини в парі є складноорганізованим процесом, який володіє великою кількістю функцій і специфічних характеристик, що утворюють багаторівневу систему взаємодії між партнерами [49]. Сексуально-еротична функція в даному контексті не є винятком, виступаючи складовою частиною цілісної системи взаємовідносин, а значить, може бути розглянута тільки в загальній структурі, в рамках свого гармонійного функціонування.

1.3. Поняття «сексуальне благополуччя» та його структура

Сексуальне благополуччя розглядається нами як реалізація сексуально-еротичної функції в контексті міжособистісних відносин в парі, яка веде до задоволення відповідної потреби.

Говорячи про поняття «Сексуальне благополуччя», перш за все, нас цікавить структура самого феномена і те, які особливості міжособистісних відносин призводять до його переживання. Проте теоретичний аналіз, який спрямований на пошук відповіді на дані питання зазнає ряд серйозних труднощів, адже в більшості наукових досліджень увага сексологів, терапевтів і дослідників психологічних аспектів сексуальності спрямована на природу патологічних аспектів сексуальної взаємодії як індивідуального, так і парного характеру. А дослідження в області нормальної сексуальності досить рідкісні. Окрім цього, питання про порушення сексуально-еротичної функції традиційно розглядається у відриві від інших функцій пари, не беручи до уваги основне правило системного підходу про взаємозв'язок всіх елементів системи.

Г.С Кочарян в своїх роботах, які присвячені різним аспектам порушень сексуальної взаємодії, детально описує особливості формування синдрому тривожного очікування невдачі у чоловіків, виділяє класифікацію патернів поведінки хворих з сексуальними розладами, описує проблему психічної саморегуляції сексуальних функцій у чоловіків з сексуальними порушеннями,

характеризує патогенні детермінанти мастурбації і специфіку їх патогенного впливу, а також проводить аналіз проблем еякуляції і формує розуміння про різні моделі виникнення сексуальних розладів у хворих на хронічний простатит [37].

Г. Вагнер, Р. Грін описують такі особистісні фактори, які впливають на зниження сексуального потягу, сюди відносяться: страх статевого акту, страх відсутності любові з боку партнера, ненависть, невпевненість в собі, сором, відраза, нерішучість, занепокоєння, ревності [18]. А.Б. Смулевіч в своїй роботі «Статеві збочення» розглядає питання про стійкість патологій в сфері сексуального потягу з точки зору періоду формування збочення в онтогенезі людини [45].

З.В. Рожановський в своїх дослідженнях вивчає природу аноргазмії у жінок, звертаючи увагу на взаємозв'язок даного явища з силою сексуального лібідо. Також, автор посилається на свої спостереження про те, що проблеми в сфері емоційного зв'язку між партнерами негативно впливають на сексуальну гармонію, і відчуття оргазму у жінок під час статевого акту в такій ситуації недостатньо для повноцінного відчуття сексуальної задоволеності [42].

Г. Келлі розглядає проблему впливу сексуальних фрустрацій (розчарування, досади, фізичного дискомфорту) у жінок на втрату інтересу до сексуальних контактів і зниження збудження від них [32]. Схожі припущення висуває і D. Renshaw в рамках свого дослідження стратегій поведінки жінок, які уникають сексуальних контактів з партнерами [9].

В.А. Доморацький в рамках своїх досліджень займається всебічною розробкою питання порушень сексуального функціонування у чоловіків як в рамках фізіологічних аспектів розладів сексуальної сфери, так і з боку дисфункцій психогенної природи, а також способів їх корекції медикаментозними та психотерапевтичними методами [25].

Без уваги не залишаються і дисгармонії парного характеру, які досить широко досліджує Х. Каплан. У своїх роботах вона фокусує увагу на особливостях порушень сексуальної взаємодії в парах з точки зору збоїв на

різних стадіях копулятивного циклу. А в основу свого підходу вкладає ідею про те, що симптоми психосексуальних порушень є незмінними результатами безпосередньо діючих деструктивних ментальних і емоційних процесів і проявів психологічного захисту [5].

Таким чином, ми можемо спостерігати ситуацію, де сексуальні дисгармонії розглядаються дослідниками окремо від відносин партнерів, вони фокусують свою увагу виключно на фізіологічному компоненті наявності або відсутності сексуальної задоволеності, але не звертають увагу на роздуми про сексуальне благополуччя пари в цілому, як можливості реалізації в повній мірі сексуально-еротичної функції, тобто отримання не тільки фізичної, а й емоційної насолоди від процесу сексуальної близькості. Сексуальне задоволення виступає складовою сексуального благополуччя поряд з психологічним задоволенням від реалізації потреби в емоційній близькості й інтимності між партнерами.

У цьому пункті ми робимо спробу охарактеризувати поняття «Сексуальне благополуччя» як аналог поняття «сексуальна гармонія», відштовхуючись від широко представлених теоретичних посилянь і досліджень сексуальних дисгармоній, а також причин їх виникнення.

Перш за все зазначимо, що в більшості досліджень пар з позицій системного підходу сексуальна незадоволеність не розглядається як основна причина стійкості або нестійкості відносин. Так В.А. Сисенко розглядає стійкість або ж, навпаки, нестабільність стосунків як задоволення або незадоволення потреб партнерів в позитивних емоційних почуттях, наприклад, таких як потреба в ніжності, турботі і уваги один до одного. У своїх більш пізніх роботах особливу увагу автор приділяє задоволенню потреби в підтримці почуття власної гідності пари, як можливості збереження кожним з них своєї усталеної системи цінностей, що є базовою опорою в світі для кожної людини. Виходячи з цієї думки, В.А. Сисенко вважає, що взаємовідносини між партнерами можуть успішно розвиватися, якщо ніхто з партнерів не має відчуття відчуження і психологічної самотності [49].

Важливо відзначити, що більшість дослідників даного напрямку сходяться на думці, що відчуття незадоволеності в парі розвивається поступово за рахунок систематичного накопичення негативних емоцій, віддалення між партнерами і, як наслідок, повного або часткового зниження якості виконання функцій. Таким чином, формується розуміння, що відчуття незадоволеності відносинами завжди є комплексним явищем і неминуче зачіпає всі сфери функціонування пари в більшій чи меншій мірі.

У той же час більшість авторів розглядає сексуальне неблагополуччя (дисгармонію) і сексуальну незадоволеність практично як синоніми. Так, наприклад, В.А. Доморацький пропонує визначати сексуальну дисгармонію як «порушення сексуальної взаємодії в парі, яке викликає невдоволення партнерів існуючими інтимними стосунками» і описує наступні її прояви [24]:

- а) зменшення потреби в статевих контактах з партнером;
- б) зменшення інтенсивності чуттєвого задоволення під час сексуальної близькості;
- в) зниження сексуальних можливостей при статевому акті.

Однак, В.А. Доморацький в своїх роботах також відзначає, що сексуальна дисгармонія в парі завжди є результатом складної взаємодії міжособистісних, внутрішньоособистісних, поведінкових, фізіологічних і соціальних чинників, що дозволяє класифікувати їх за механізмом розвитку наступним чином [24]:

1. Соціально-психологічні дисгармонії - сексуальна незадоволеність, що виникає через невідповідність рис характеру партнерів, їх інфантильності, емоційної незрілості, розчарування в партнері, залежність від думки оточуючих, а також в результаті відсутності можливості в парі реалізувати значущі потреби, розбіжностей в питаннях організації спільного життя (дозвілля, побуту і т.д.), розбіжностей очікувань про ідеальні відносини з реальною ситуацією або наявності неадекватних установок щодо сексуальної взаємодії через відсутність елементарних знань про психофізіологію чоловічої та жіночої сексуальності.

2. Поведінкові дисгармонії - незадоволеність сексуальними стосунками внаслідок відсутності у партнерів оптимальних для них форм статевої взаємодії, які необхідні для взаємного відчуття чуттєвого задоволення від статевого акту, тобто невідповідність взаємних очікувань від сексуальної поведінки партнера через невміння спільно обговорювати свої індивідуальні сексуальні переваги або стереотипізації статевого життя в парі.

3. Фізіологічні дисгармонії - сексуальна незадоволеність, в основі якої лежить недооблік конструкційних особливостей партнерів, невідповідність можливої для чоловіка тривалості статевого акту потребам жінки, а також ігнорування відмінностей в індивідуальних біологічних ритмах і вікових особливостях один одного.

4. Дисгармонії, які пов'язані з патологією - незадоволеність сексуальною взаємодією вторинного характеру щодо первинних фізіологічних порушень партнерів (еректильної дисфункції, вагінізму, фригідності, передчасної або ускладненої еякуляції і ін.).

У контексті даного обговорення нас цікавлять саме соціально-психологічні дисгармонії, проте важливо зазначити, що згідно зі спостереженнями фахівців, всі перераховані вище типи сексуальних дисгармоній вкрай рідко зустрічаються в ізольованому вигляді і зазвичай не можуть бути діагностовані окремо одна від одної.

Крім того, наявність в парі одного або декількох типів сексуальних дисгармоній протягом тривалого часу може лягати в основу не тільки комплексного порушення міжособистісних відносин, але і приводити до формування вторинних індивідуальних сексуальних дисфункцій у кожного з партнерів на основі травматичного досвіду сексуальної взаємодії. Г.В. Старшенбаум, описуючи це явище, звертає увагу на те, що реалізація подібних сценаріїв розвитку сексуальних відносин неминуче призводить до обмеження і без того порушеної сексуальної функції, утворюючи ситуацію з униканням сексуальних контактів і гальмуванням лібідо партнерів. Такого роду наслідки, на думку автора, в значній мірі ускладнюють процес відновлення гармонійної

взаємодії, а часто і просто робить її неможливою, накладаючи незабутній психологічний відбиток на всю сексуальність людини як в існуючих відносинах, так і в майбутніх сексуальних контактах в разі розриву між партнерами [48].

Найбільш близькою до поняття «сексуальне благополуччя» в науковій літературі є характеристика сексуальної гармонії як психологічної, сексуально-поведінкової і сексуально-фізіологічної взаємної адаптації пари, яка характеризується рівнем статевого потягу і статевої активності, яким відповідає статевий темперамент обох партнерів, що призводить до адекватної оптимальної сумачії еротичних відчуттів і їх повного психо-сексуального задоволення [11].

Сексуальна гармонія/дисгармонія часто розглядається в зв'язку зі стадіями розвитку відносин в парі. Так, К. Імелінський, розмірковуючи про динаміку сексуальної взаємодії в парі, приходить до висновку про те, що в будь-яких відносинах можна виділити три фази їх розвитку. Перша фаза, на думку автора, характеризується домінування сексуальних аспектів взаємовідносин над несексуальними за рахунок наявності у партнерів яскравих емоційних переживань по відношенню один до одного, що сприймаються як почуття закоханості. На другій фазі спостерігається стабілізація сексуальних відносин в парі в силу зниження інтенсивності еротичних емоцій і набуття рівноваги між сексуальними і несексуальними аспектами партнерства. Третя фаза описується К. Імелінським як еротична байдужість, яка неминуче настає в емоційних і фізичних змінах стосунків. Автор зазначає, що запорукою щасливого сексуального життя можна вважати стійкість міжособистісних відносин в парі, побудованих на почуттях взаєморозуміння, поваги і довіри між людьми, що сприяють стабілізації сексуального життя на другій фазі без переходу в дисгармонійний стан третьої фази [26; 27].

Підсумовуючи сказане вище, можна ще раз відзначити, що тривале відчуття незадоволеності в кожній із сфер взаємодії партнерів, неминуче призводить до формування комплексної дезадаптації, поступово руйнуючи їх відносини за

рахунок збільшення емоційної дистанції і, як наслідок, формування суб'єктивного почуття самотності. Таким чином, взаємне бажання підтримки гармонії парі і подолання незадоволеності з боку обох партнерів, є єдиною можливістю збереження тривалого партнерського союзу. Однак важливо розуміти, що реалізація даної моделі взаємодії можлива тільки при наявності глибокого почуття емоційної близькості й інтимності (часто ототожнюється з почуттям любові) в парі.

Як ми зазначали вище, досягнення сексуального благополуччя не може бути розглянуто у відриві від психологічного задоволення від реалізації потреби в емоційній близькості й інтимності між партнерами. Тому ми вважаємо, що розгляд сексуального благополуччя у відриві від обговорення любові як основи міжособистісних відносин в парі є неможливим.

Досить поширеною для розгляду різними авторами є давньогрецька концепція любові, в рамках якої спочатку виділялося чотири основних види любові, а саме: ерос (захоплена закоханість, тілесна і духовна пристрасть, бурхлива тяга володіти коханою людиною), філія (любов-дружба), агапе (альтруїстична, духовна любов) і сторге (любов-ніжність, любов). А. Афанасьєв в своїх роботах пропонує альтернативне тлумачення перелічених видів, залишаючи лише три з них в рамках свого визначення любові, як поєднання недостатньої функції (волі, емоцій, тіла або розуму) в однієї людини з більш розвиненою цією функцією в іншій. Перший вид - ерос, має на увазі любов за принципом протилежності. Другий вид - філія, визначається як любов за принципом тотожності. І нарешті третій вид - агапе, описує любов в рамках прагнення від протилежності до тотожності. Автор вважає, що тільки агапе можна розглядати як справжню любов, що приводить до гармонізації особистостей партнерів [16].

Ю.Б. Рюриків, аналізуючи вищеописану типологію, зазначає, що типів любові зовсім не чотири, а значно більше. Автор висловлює думку про те, що неможливо розглядати реєстри любовних почуттів у відриві від аналізу людських типів, тобто без психологічної (теоретичної) бази, аналізу внутрішніх

коренів їх виникнення. Виходячи з цих міркувань, він пропонує визначати любов, як «внутрішню тінь людини, відлуння її темпераменту і характеру, дзеркало її біологічного, психологічного і морального складу» [44].

Психоаналітичний погляд на любов представлений в роботах К. Хорні, вона вважала, що любов - це багатогранне почуття, яке створює мости між двома самотніми. Особливу увагу вона звертала на здатність цих мостів руйнуватися від важкого вантажу відповідальності за взаємне щастя, яку партнери накладають один на одного. На інший полюс з любов'ю автор ставила ненависть, що діє на відносини у вигляді прихованої деструктивної сили, розточуючи любов зсередини, яку партнери зазвичай відчайдушно не хочуть помічати [51]. Хорні наполегливо заявляла про те, що ігнорування наявності цього почуття неминуче призводить до розчарування, недовіри і ворожості в парі, а способом подолання ненависті вона бачила систематичну внутрішню роботу над собою щодо відмови від деструктивних вимог по відношенню до свого партнера. Крім того, вона вважала, що використання людини виключно для реалізації своїх цілей і потреб є несумісним з поняттям любові, наводячи приклад невротичної любові з метою позбавлення від тривожності [4].

Своє уявлення про кохання пропонував і А. Адлер, вважаючи, що це почуття хоч і є досить невизначеним, з його точки зору, але можливе воно тільки в тих відносинах, які побудовані на основі повної рівності між партнерами [13;1].

В рамках гуманістичної психології найбільш важливою умовою побудови відносин справжньої людської близькості або любові є розвиток особистісного потенціалу партнерів, побудований на глибинній довірі до себе і до партнера. Справжня любов будується на позитивному безумовному відношенні один до одного і самовіддачі в рамках відносин з коханою людиною.

Як ми бачимо, уявлення про любов в рамках різних теоретичних підходів в значній мірі розходяться, що досить сильно ускладнює правильність тлумачення даного явища. Однак можна сказати, що любов є глибинним переживанням, що виникає в процесі тривалої взаємодії партнерів, їх вивчення і подальшого прийняття особистістю іншої людини [50; 3].

Варто відзначити, що, кажучи про любов в контексті гармонійних міжособистісних відносин, ми маємо на увазі саме любов як духовне почуття, але ніяк не закоханість, яку часто плутають з даним поняттям. Таким чином, в даному контексті сексуальну гармонію ми розглядаємо як взаємодію в парі на піку емоційної і духовної близькості, яку партнери досягають в процесі пізнання один одного в інтимному просторі, в рамках відчуття приналежності, турботи і любові при збереженні індивідуальних «я» партнерів.

Також слід звернути увагу на те, чи існують відмінності в уявленнях про переживання сексуального благополуччя між чоловіками і жінками. Для цього в першу чергу нам необхідно розглянути проблему гендерних відмінностей в цілому і проаналізувати особливості рольової соціалізації людини в залежності від статі.

В рамках психологічних досліджень відзначається, що гендерні відмінності хлопчиків і дівчаток можна спостерігати з раннього дитинства. Так, наприклад, простежується тенденція прагнення хлопчиків до незалежності на тлі тривалого збереження залежної позиції дівчатками і поступового формування їх індивідуальності в рамках сформованих соціальних зв'язків. Також дослідниками відзначаються гендерні відмінності в особливостях ігрової діяльності та побудови соціальної взаємодії з однолітками.

Існує безліч даних про гендерні відмінності особливостей спілкування чоловіків і жінок. Дослідники показують, що чоловіки більш схильні в розмовах концентруватися на завданнях, тоді як жінки фокусуються на відносинах між людьми. Виявляється і той факт, що чоловікам властиві риси наполегливості, вимогливості, ініціативності, авторитарності і агресивності в розмові, що зазвичай проявляються в безособовій формі по відношенню до співрозмовника. Жінки ж частіше ведуть бесіду від першої особи і прагнуть до спілкування на особисті теми на відміну від тенденції чоловіків говорити про конкретні факти.

Так само не можливо не помітити гендерні відмінності в системі соціальних приписів сексуальної поведінки людей. В основі відмінностей

уявлень про сексуальність чоловіка і жінки лежить засвоєння суспільних стереотипів, що уособлюють в собі середньостатистичну думку, яка визначає середню норму соціально припустимої та схваленої поведінки. В рамках нормального розвитку при вступі в соціальний світ людині пропонується вибір з готового набору стереотипів, які дозволяють розпізнавати оточуючих людей і виробляти модель власної поведінки, яка необхідна для того, щоб бути зрозумілим іншими. Таким чином, гендерні стереотипи - це психологічний процес, який явно показує структуровані уявлення людини про особисті якості чоловіка і жінки [S. Fiske, 1993; D. Doyle & M. Paludi, 1995].

Можна помітити, що з самого дитинства велика частина процесу соціалізації особистості полягає у формуванні у дитини різних соціальних дій, які властиві чоловікам чи жінкам. Це виражається в відмінності ролевих ігор, де дівчаток втягують в ігри з ляльками (формуючи материнську функцію), закликають допомагати мамі по дому (господарська функція), а також приділяють особливу увагу її зовнішньому вигляду, прищеплюючи ідею значущості власної привабливості. На цьому тлі ролеві ігри хлопчиків відрізняються активністю і демонстрацією сили, формуючи тим самим функції «захисника», «добувача», «глави сімейства».

В результаті завершення процесу гендерної ідентифікації діти стають здатними з впевненістю визначати свою статеву приналежність і формують підвищену увагу до ролевих моделей поведінки своєї статі, досягаючи розуміння сталості статі. В цей час починається процес диференціального наслідування дорослих представників своєї статі, для реалізації якого принциповим значенням володіє еталонність поведінки значущих дорослих. Таким чином, ми розуміємо, що далі значущим фактором засвоєння гендерної ролі чоловіка і жінки стає не тільки поведінка фігур своєї статі, але і особливості їх міжособистісної взаємодії з представниками протилежної статі [28; 29].

Отже, наявність гендерних ролей є невід'ємною частиною життя людини, формуючись з раннього дитинства і трансформуючись в процесі статевої

соціалізації протягом всього життя. Значну роль в їх специфіці грає соціальне оточення (батьки, вчителі, однолітки), а також інші носії культури (література, ЗМІ, фольклор). Гендерні стереотипи визначають специфіку поведінки людей і виступають в ролі системи орієнтирів у всіх сферах їх взаємодії із зовнішнім світом. Усвідомлюючи масштабність даного явища складно припустити, що сфера сексуальних відносин може залишитися без його впливу.

1.4. Висновки до першого розділу

В ході теоретичного аналізу було показано, що сексуальне благополуччя може бути розглянуто як результат реалізації сексуально-еротичної функції системи і нерозривно пов'язане з характером міжособистісних відносин в парі.

Нам вдалося визначити, що взаємини в парі є складно організованим процесом, що володіє великою кількістю функцій і специфічних характеристик, що утворюють цілісну багаторівневу систему взаємодії між партнерами. Тому необхідний розгляд сексуально-еротичної функції підсистеми виключно в рамках комплексного аналізу всієї структури міжособистісних відносин між партнерами в силу очевидного її впливу на інші функції пари та їх зворотний вплив на неї.

У поняття сексуального благополуччя ми вкладаємо широкий сенс, не зводячи його виключно до фізіологічного компоненту сексуальної задоволеності. Ми включаємо в нього ще й емоційну сторону чуттєвої насолоди від переживання близькості між партнерами.

Тому найбільш близькою до поняття «сексуальне благополуччя» в науковій літературі є характеристика сексуальної гармонії як психологічної, сексуально-поведінкової і сексуально-фізіологічної взаємної адаптації пари, яка характеризується рівнем статевого потягу і статевої активності, яким відповідає статевий темперамент обох партнерів, що призводить до адекватної оптимальної сумачії еротичних відчуттів і їх повного психо-сексуального задоволення.

Аналіз літератури показав, що існують статеві відмінності в переживанні сексуального благополуччя чоловіками і жінками. Дані відмінності формуються в процесі соціалізації і засвоєння гендерних ролей та стереотипів і безпосередньо визначають такий компонент сексуального благополуччя як психологічне задоволення від реалізації потреби в емоційній близькості й інтимності між партнерами, що, в свою чергу, надає опосередкований вплив і на інший компонент сексуального благополуччя, а саме, його фізіологічний аспект.

Також ми визначили, що оскільки сексуально-еротична функція реалізується конкретним чоловіком або жінкою, що володіють певними особистісними особливостями, а також тільки у відносинах між двома людьми (сексуальними партнерами), особистісні особливості і характер відносин в парі виступають психологічними умовами, в яких досягається або ж не досягається сексуальне благополуччя чоловіками і жінками в тривалих стосунках.

Таким чином, в результаті теоретичного аналізу уявлень про структуру сексуальності людини і значення реалізації сексуально-еротичної функції пари формується розуміння, що сексуальне благополуччя є складним, багатокomпонентним системним утворенням, що характеризується ступенем реалізованості сексуально-еротичної функції системи. Сексуальне благополуччя – це поняття протилежне сексуальним дисгармоніям і передбачає:

- психологічний компонент – емоційне задоволення від сексуальних відносин, особистісні характеристики партнерів, відповідність очікувань щодо партнера і стосунків загалом, особливості спілкування в парі, емоційна близькість та інтимність у відносинах, почуття любові.
- соціокультурний – відповідність уявлень партнерів про гендерні ролі та ставлення до сексу, що формується в процесі засвоєння цих ролей.

- фізіологічний – сексуальний потяг, збудливість, оргазм, відчуття на всіх етапах статевого акту та задоволеність ним.

У зв'язку з цим нами була зроблена спроба емпіричного дослідження психологічних чинників сексуального благополуччя чоловіків і жінок в парах з тривалими стосунками.

РОЗДІЛ II

МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ АСПЕКТІВ СЕКСУАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ У ТРИВАЛИХ СТОСУНКАХ

2.1. Характеристика методів дослідження

Для проведення дослідження була підібрана підбірка методик, що відповідають цілям і завданням роботи.

По-перше, в роботі було використано опитувальники «СФЧ» (сексуальна формула чоловіча) і «СФЖ» (сексуальна формула жіноча). Опитувальники допомагають дослідити ступінь задоволення статевим актом, тобто фізіологічний компонент сексуального благополуччя. Цей компонент включає в себе:

- самооцінку стану сексуальної сфери на етапі, що передує статевому акту;
- оцінку реалізації статевого акту;
- самооцінку фізичної і психологічної реакції після статевого акту;
- оцінку наявності або відсутності можливих сексуальних розладів;
- загальний показник задоволеності статевим актом, що відображає оцінку фізіологічного аспекту гармонійності сексуальних відносин.

Сексуальна формула жіноча (СФЖ)

Опитувальник, що призначений для дослідження особливостей сексуальних проявів жінок. Складається з 8 основних показників [21]:

- Перший показник вказує на стан гормонального фону жінки.
- Другий показник відображає ставлення жінки до сексу, статевої активності.
- Третій показник показує наскільки жінка готова до статевого акту, її ставлення до процесу, що передує самому сексу.
- Четвертий показник описує наскільки жінка здатна відчувати оргазм.

- П'ятий і шостий показники вказують на реакцію жінки після статевого акту (фізичну і психологічну).

- Сьомий і восьмий показники вказують на рівень статевої активності і тривалість статевого акту.

Сексуальна формула чоловіків (СФЧ)

Опитувальник, за допомогою якого можна дослідити особливості сексуальних проявів чоловіків. Складається з 10 основних показників [19]:

- Перший блок включає в себе 3 показники: стан готовності до сексу, особливості лібідо; психічна сфера (настрій перед статевим актом); сексуальна активність.

- Наступні 3 показники описують частоту статевих актів, їх тривалість та якість ерекції.

- Сьомий показник вказує на сексуальні можливості чоловіка.

- Останні показники відображають суб'єктивну оцінку статевого акту чоловіком і його партнеркою.

По-друге, нами також було використано «**Опитувальник установок до сексу**» Г. Айзенка, який, відповідно, застосовується для вивчення ставлення до сексу. Установки формуються в процесі соціалізації і взаємопов'язані з особливостями засвоєних гендерних ролей та стереотипів. Ці установки характеризують соціальний і культурний компонент сексуального благополуччя.

Опитувальник розроблений на основі концепції особистості Г. Айзенка. Методика дозволяє виявити 11 основних показників і 3 додаткових:

1. Дозволеність

Вказує на те, в якій мірі респондент слідує за стереотипами та уявленнями про правильність в сексуальній сфері. Показує наскільки людина старомодна, традиційна в поглядах щодо сексу, або ж, навпаки, не ставить так серйозно до цієї теми.

2. Реалізованість

Вказує на налаштування реалізувати свій сексуальний потенціал.

3. Сексуальна невротичність

Вказує на наявність проблем зі своїм сексуальним життям. Люди з високими балами постійно переймаються питаннями, що стосуються сексуальної сфери, пригнічуючи себе цим.

4. Знеособлений секс

Шкала показує те, наскільки для людини важлива особистість партнера, емоційна близькість, особистісний зв'язок для того, щоб мати з ним статеві стосунки. Високі бали отримують ті, кому неважлива така близькість, партнер їм потрібен суто для отримання фізіологічного задоволення.

5. Порнографія

Шкала показує ставлення людини до творчості з елементами оголених тіл і всього, що стосується сексу. Високі бали отримують ті, хто не протривить цьому і має нормальне ставлення.

6. Сексуальна сором'язливість

Шкала описує людей, які соромляться говорити на тему сексу, не проявляють себе активно у відносинах з протилежною статтю, ведуть себе відчужено стосовно всього, що пов'язане з сексом, мають застарілі установки щодо забороненості даної теми. Люди з низьким балом ведуть себе більш розкуто і не соромляться теми сексу.

7. Цнотливість

Шкала вказує на наявність установки, що забороняє не те, що проявляти якусь пристрасть, а й взагалі думати про секс. Люди з низькими балами не мають таких обмежувальних установок щодо сексу.

8. Відраза до сексу

Шкала вказує на наявність установки, що секс це огидна, погана справа, такі люди можуть займатися ним, але змушуючи себе, не заради власної насоди.

9. Сексуальна збудливість

Шкала вказує на сексуальну чутливість, наскільки швидко і легко людина здатна збуджуватися, чому сприяє її ствлення та налаштованість на статевий акт.

10. Фізичний секс

Орієнтація на активне прагнення до реального статевого контакту. Шкала вказує, наскільки більше люди цінують сам процес і свої успіхи під час сексу, ніж певну духовність в цьому процесі.

11. Агресивний секс

Тут увага фіксується на ворожості в сексуальному зв'язку, на бажанні домінування під час сексу, можливості певним чином принизити партнера. Але ця шкала не стосується розладів, тут говориться про агресивні прояви в межах норми, які властиві багатьом людям в рамках сексуальних відносин.

Також виділяється 3 додаткові шкали:

- Лібідо (шкала намагається виміряти силу сексуального потягу людини)
- Сексуальне задоволення
- Маскулінність-фемінність

Маскулінність вказує на типовий образ чоловіка (високі бали за шкалою) і, навпаки, фемінність - типовому образу жінки (низькі бали).

По-третє, для нашого емпіричного дослідження було підібрано методика для вивчення особистісних особливостей, які безпосередньо впливають на особливості комунікації і міжособистісні відносини чоловіків і жінок в парах з тривалими стосунками.

Методика діагностики міжособистісних відносин (Лірі Т., Лефорж Г., Сазек Р.) застосовується для дослідження домінуючого типу міжособистісних відносин, що характеризується певними особистісними характеристиками, проявами особистості. Тест складається зі 128 запитань-тверджень про особливості особистості.

В даній методиці виділяють дві основні шкали:

- Домінування-підпорядкування.

Шкала вказує на домінуючі лідерські, керуючі, авторитарні риси особистості, прояви незалежності в міжособистісних відносинах. Інший полюс вказує на певну залежність від оточуючих та підпорядкування, відмову від відповідальності.

- Дружелюбність-агресивність.

Ця шкала вказує на готовність людини співпрацювати, йти на компроміси, домовлятися, проявляти доброзичливість або ж, навпаки, вказує на агресивну налаштованість, закритість, суперництво.

Ці орієнтації діляться ще на вісім, які характеризують види відносин, які зустрічаються найбільш часто:

- авторитарний (владний-лідуючий);
- егоїстичний (незалежний-домінуючий);
- агресивний (прямолінійний-агресивний);
- підозрілий (недовірливий-скептичний);
- Покірний (покірно-сором'язливий);
- залежний (залежний-слухняний);
- доброзичливий (співпрацюючий-конвенціональний);
- альтруїстичний (відповідально-великодушний).

По-четверте, ми досліджували особливості спілкування в стосунках. Для цього була використана «**Методика діагностики особливостей спілкування**

між закоханими» (Ю. Е.Алешіна, Л.Я.Гозман, Е.М.Дубовская) [15], яка розроблена для опису і аналізу процесу спілкування і дає можливість чисельного вираження важливих характеристик спілкування між парою. При складанні методики автори виходили з того, що спілкування, як регулятор міжособистісних відносин пари, через свої параметри входить в характеристики, що диференціюють успішні і неуспішні пари.

Шкали методики:

- Шкала подібності в поглядах

Говорить про наявність у пари спільних очікувань і установок, що проявляються в процесі спілкування. Маючи спільні погляди на життя та інтереси, їм є про що поговорити.

- Шкала загальних символів

Шкала вказує на наявність мови, яка зрозуміла тільки партнерам. Сюди відносяться окремі теми, слова, прізвиська чи традиції.

- Шкала довірливості спілкування

Характеризує здатність до саморозкриття пари в процесі спілкування. Це означає, що любовні партнери в успішному міжособистісному спілкуванні можуть бути щирими, довіряти один одному найбільші таємниці, не боячись повного несприйняття та осуду.

- Шкала взаєморозуміння

Відображає наявність між парою глибокого взаєморозуміння. Це означає, що партнери приймають погляди один одного, навіть якщо вони розбіжні.

- Шкала психотерапевтичне спілкування

Описує спілкування пари як комфортне, інтимне, близьке, після якого партнер відчувається добре.

- Шкала легкості спілкування

Вказує на легкість спілкування в парі, на можливість швидко налагодити контакт, почати і закінчити розмову, вільно розмовляти без скутості та напруження.

2.2. Опис вибірки та процедури дослідження

В даному дослідженні взяли участь 38 пар (76 осіб), які перебувають у тривалих стосунках не менше 3 років.

За допомогою анкетування (додаток А) нами були виключені респонденти з наявністю фізіологічних порушень (гострих або хронічних) ендокринної та репродуктивної систем, а також розладів психіки.

Для того, щоб окреслити вікові межі вибірки слід розуміти особливості онтогенезу сексуальності. На сьогоднішній день найбільш точною концепцією онтогенезу сексуальності є періодизація, запропонована Г.С. Васильченко, яка спробувала реалізувати ідеї об'єднання соціальних, психологічних і фізіологічних чинників детермінації сексуальності [39]:

1. пренатальний період (від зачаття до народження) – характеризується формуванням морфологічного статі;
2. парапубертатний період (від 0-1 до 5-7 років) - виражається формуванням сенсорики, емоційності, статевої самосвідомості і початком формування особистості;
3. препубертатний період (від 5-7 до 11-13 років) – характеризується формуванням статевих ролей і пробудженням платонічного лібідо у дівчаток в кінці етапу;
4. пубертатний період (від 11-13 до 15-18 років) - на даному етапі відбувається статево дозрівання, пробудження еротичного та сексуального лібідо, формування психосексуальних орієнтацій;

5. перехідний період (від 15-18 до 25-30 років) - виражається в набутті досвіду партнерства і пошуку постійного партнера;

6. період зрілої сексуальності (від 25-30 до 50-55 років) – характеризується наявністю регулярного статевого життя з постійним сексуальним партнером;

7. інволюційний період (від 50-55 до 70 років і старше) - виражається в зворотньому розвитку лібідо, зниженні сексуальної активності.

Згідно вікової періодизації розвитку сексуальності людини Г.С. Васильченко були відібрані респонденти перехідної і зрілої стадії сексуальності. Однак нижня вікова межа стадії зрілої сексуальності в рамках даного дослідження була зміщена нами з 55 до 40 років з метою більш точного виключення вікових фізіологічних змін, здатних впливати на сексуальну функцію.

Період нерозривного спільного проживання (перебування у тривалих стосунках не менше 3 років) був обумовлений необхідністю відбору досліджуваних з регулярними сексуальними стосунками, тобто пар з індивідуально усталеними фізіологічними ритмами статевого життя.

Таким чином, вибірку склали умовно здорові чоловіки і жінки у віковому періоді активної сексуальності з постійним статевим партнером.

Під час проведення дослідження чоловікам та жінкам, які перебувають в тривалих стосунках, пропонувалося спочатку заповнити вступне анкетування для забезпечення репрезентативності вибірки і пройти 4 методики. Для дослідження фізіологічного компоненту сексуального благополуччя чоловіки відповідали на запитання опитувальника «СФЧ» (чоловіча версія), відповідно, жінкам пропонувалась жіноча версія - «СФЖ». Після цього пропонувалось пройти такі методики, як «Тест міжособистісних відносин» Лірі Т та «Особливості спілкування між закоханими» Альшиної Ю.Є., Гозмана Л.Я., Дубовського Е.М. та «Опитувальник установок до сексу» Айзенка Г. Зразки бланків містяться в додатках.

2.3. Висновки до другого розділу

В другому розділі ми описали вибірку та методики, які були використані в нашому дослідженні. У вивченні психологічних аспектів сексуального благополуччя у тривалих стосунках ми використали опитувальники «СФЧ» (сексуальна формула чоловіча) і «СФЖ» (сексуальна формула жіноча) для вивчення особливостей сексуальної сфери чоловіків і жінок, за допомогою яких характеризують, перш за все, фізіологічний компонент сексуального благополуччя, «Опитувальник установок до сексу» Г. Айзенка застосовано для вивчення установок до сексу, які формуються в процесі соціалізації і взаємопов'язані з особливостями засвоєних гендерних ролей та стереотипів. Також нами була підібрана методика діагностики міжособистісних відносин (Лірі Т., Лефорж Г., Сазек Р.) для вивчення особистісних характеристик, які проявляються в певному типі міжособистісній взаємодії. Для дослідження особливостей спілкування в стосунках була використана «Методика діагностики особливостей спілкування між закоханими» (Ю. Е.Алешіна, Л.Я.Гозман, Е.М.Дубовская), яка розроблена для опису і аналізу процесу спілкування і дає можливість чисельного вираження важливих характеристик спілкування між парою.

Згідно вікової періодизації розвитку сексуальності людини Г.С. Васильченко були відібрані респонденти перехідної і зрілої стадії сексуальності. Однак нижня вікова межа стадії зрілої сексуальності в рамках даного дослідження була зміщена нами з 55 до 40 років з метою більш точного виключення вікових фізіологічних змін, здатних впливати на сексуальну функцію.

Період нерозривного спільного проживання був обумовлений необхідністю відбору досліджуваних з регулярними сексуальними стосунками, тобто пар з індивідуально усталеними фізіологічними ритмами статевого життя.

Таким чином, нами була сформована вибірка, що складається з 38 пар (76 осіб), які перебувають у тривалих стосунках не менше 3 років, від 20 до 40

років. Ми ретельно відібрали методичний інструментарій та склали репрезентативну вибірку, що дозволить нам отримати надійні результати.

РОЗДІЛ ІІІ

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ АСПЕКТІВ СЕКСУАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ У ТРИВАЛИХ СТОСУНКАХ

3.1. Особливості сексуальних проявів чоловіків та жінок в тривалих стосунках

Спочатку ми дослідили особливості сексуальної сфери чоловіків та жінок в парах з тривалими стосунками. Отримані нами результати за методиками СФЧ і СФЖ характеризують, перш за все, фізіологічний компонент сексуального благополуччя, тобто уявлення чоловіків і жінок про задоволеність сексуальними стосунками на різних етапах сексуальної взаємодії, що включає в себе: самооцінку стану статевої сфери на ранніх стадіях, що передують статевому акту; об'єктивні параметри реалізації статевого акту; самооцінку фізичної і психологічної реакції після статевого акту; оцінку наявності або відсутності можливих сексуальних розладів, а також загальний показник задоволеності статевим актом, що відображає оцінку фізіологічного аспекту гармонійності сексуальних відносин.

Для того, щоб проаналізувати відмінності між показниками сексуального задоволення, необхідно перевірити, чи відповідають вони умовам нормальності розподілу за своїми даними. Для перевірки нормальності розподілу ми скористалися критерієм Колмогорова-Смирнова (таблиця 3.1.1).

Таблиця 3.1.1

Нормальність розподілу в групах чоловіків та жінок

	Чоловіки		Жінки	
	Статистика Z Колмогорова – Смирнова	Асимп. знач. (2-стороння)	Статистика Z Колмогорова – Смирнова	Асимп. знач. (2-стороння)
До сексу	1,199	0,103	1,243	0,098
Під час сексу	1,132	0,121	1,037	0,245

Після сексу	1,204	0,107	1,149	0,178
Розлад	1,240	0,099	1,211	0,110
Партнер	-	-	1,198	0,104
Сексуальна гармонія	1,028	0,230	1,032	0,221

В ході аналізу ми отримали значимі показники за всіма шкалами ($p \geq 0,05$), отже розподіл за даними параметрами є нормальним як у групі чоловіків, так і в групі жінок. Тому далі ми використали параметричний t-критерій Ст'юдента для визначення відмінностей в сексуальному задоволенні чоловіків та жінок у тривалих стосунках.

Результати порівняльного аналізу даних представлені в таблиці 3.1.2.

Таблиця 3.1.2

Значущі відмінності між шкалами методик СФМ і СФЖ в групах чоловіків і жінок

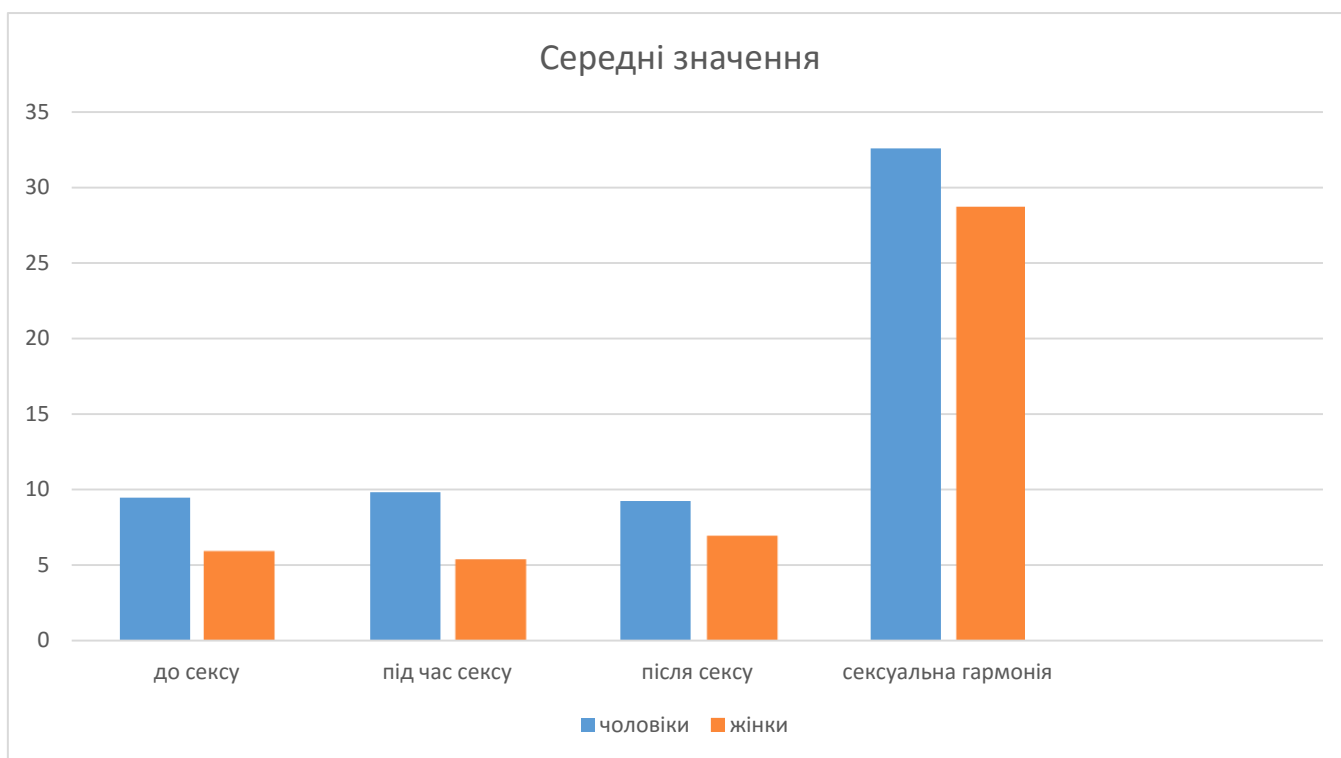
Сексуальні прояви	Рівність дисперсій за критерієм Левіна	Відмінності між чоловіками та жінками
До сексу	0,375	0,000*
Під час сексу	0,267	0,000*
Після сексу	0,294	0,000*
Розлад	0,198	0,456
Сексуальна гармонія	0,359	0,000*

Примітка: * $p \leq 0,05$ за критерієм Ст'юдента – статистично значуща відмінність між групами.

Виявлено статистично значущі відмінності за усіма параметрами, окрім наявності розладів. Отже, чоловіки і жінки відчують різну ступінь фізичного задоволення в сексі зі своїми партнерами до, під час і після нього. Також значущі відмінності спостерігаються по параметру «загальний показник задоволеності статевим актом», що відображає оцінку фізіологічного аспекту гармонійності сексуальних відносин.

Рис. 3.1.1

Середні значення показників статистично значущих відмінностей сексуальних проявів чоловіків та жінок



Показники задоволеності чоловіків виявилися вищі, ніж показники задоволеності жінок за всіма параметрами. Найбільш виражені відмінності існують в оцінці свого стану під час сексуального акту, а також в самооцінці стану статевої сфери на ранніх стадіях, що передують статевому акту. Показники гармонійності сексуальних відносин також вищі у чоловіків.

У той же час, і чоловіки, і жінки оцінюють свої сексуальні відносини в цілому, як гармонійні, виключаючи в своїх парах наявність сексуальних

розладів. Дані відмінності можна пояснити, аналізуючи наявність специфічних установок до сексу у чоловіків і жінок, які можуть впливати на суб'єктивне сприйняття фізичної задоволеності на різних стадіях статевого акту. Саме цей аспект ми розглянемо далі.

3.2. Дослідження соціокультурного аспекту сексуального благополуччя

З точки зору переживання сексуального благополуччя чоловіками і жінками в тривалих стосунках вкрай важливо розглянути такий його компонент, як відношення (установки) до сексу, які, як ми відзначили в теоретичній частині роботи, формуються в процесі засвоєння гендерних ролей.

Так як і в попередньому підрозділі, ми перевірили, наскільки дані показники чоловіків та жінок у тривалих стосунках відповідають умовам нормальності розподілу (таблиця 3.2.1)

Таблиця 3.2.1

Нормальність розподілу в групах чоловіків та жінок

	Чоловіки		Жінки	
	Статистика Z Колмогорова – Смирнова	Асимп. знач. (2-стороння)	Статистика Z Колмогорова - Смирнова	Асимп. знач. (2-стороння)
Дозволеність	1,253	0,089	1,138	0,176
Реалізованість	1,142	0,178	1,087	0,209
Сексуальна невротичність	1,158	0,127	1,232	0,099
Знеособлений секс	1,043	0,248	1,129	0,154
Порнографія	1,139	0,173	1,201	0,108
Сексуальна сором'язливість	1,038	0,223	1,029	0,271
Цнотливість	1,032	0, 210	1,228	0,102

Відраза до сексу	1,110	0,192	1,040	0,245
Сексуальна збудливість	1,042	0,254	1,204	0,107
Фізичний секс	1, 126	0,174	1,021	0,274
Агресивний секс	1, 097	0,187	1,210	0,103
Лібідо	1, 028	0,209	1,116	0,198
Сексуальна задоволеність	1,016	0,293	1,143	0,121
Маскулінність-фемінність	1,104	0,156	1,165	0,112

Результати аналізу за критерієм Колмогорова-Смирнова показали, що показники чоловіків та жінок за всіма шкалами установок до сексу мають нормальний розподіл ($p \geq 0,05$). Отже, для подальшого визначення відмінностей в ставленні до сексу чоловіків та жінок у тривалих стосунках доцільно використовувати параметричний t-критерій Ст'юдента

Результати статистичного аналізу наявності відмінностей в установках до сексу представлені в таблиці 3.2.2.

Таблиця 3.2.2

Відмінності в сексуальних установках чоловіків та жінок в тривалих стосунках

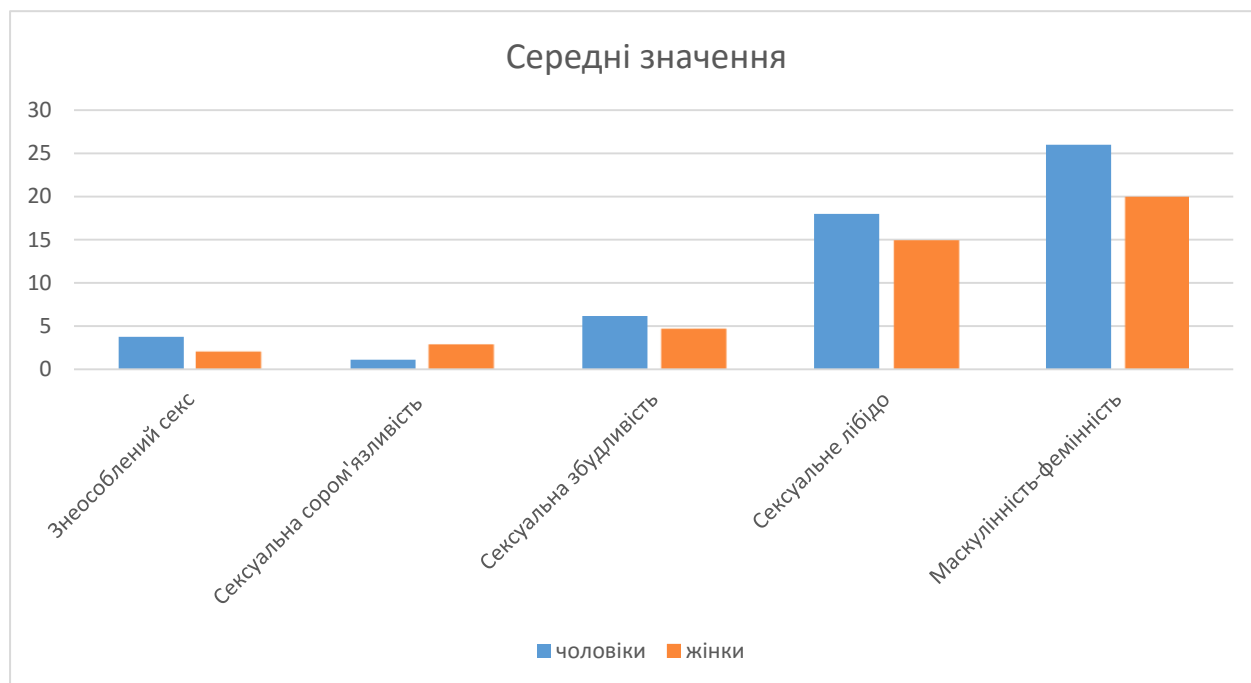
Дослідження установок до сексу	Рівність дисперсій за критерієм Левіна	Відмінності між чоловіками та жінками
Дозволеність	0,076	0,253
Реалізованість	0,387	0,298

Сексуальна поведінка (невротичність)	0,143	0,342
Знеособлений секс	0,402	0,001*
Порнографія	0,187	0,301
Сексуальна сором'язливість	0,305	0,005*
Цнотливість (целомудрие)	0,078	0,339
Відраза до сексу	0,095	0,345
Сексуальна збудливість	0,289	0,001*
Фізичний секс	0,084	0,401
Агресивний секс	0,267	0,383
Лібідо	0,396	0,000*
Сексуальна задоволеність	0,085	0,311
Маскулінність-фемінність	0,283	0,000*

Примітка: * $p \leq 0,05$ за критерієм Ст'юдента – статистично значуща відмінність між групами.

Визначено статистично значущі відмінності за такими показниками: Знеособлений секс (0,001*), сексуальна сором'язливість (0,005*), сексуальна збудливість (0,001*), сексуальне лібідо (0,000*), маскулінність-фемінність (0,000*).

**Середні значення показників статистично значущих відмінностей в
установках до сексу чоловіків та жінок в тривалих стосунках**



Так, установка на знеособлений секс, перш за все, властива чоловікам, а в жінок вона проявляється рідше. Сексуальна сором'язливість практично не властива чоловікам, але значно частіше виявляється у жінок. Сексуальна збудливість менше характерна жінкам і явно виражена у чоловіків. Напруженість сексуального лібідо, і, відповідно, частота появи і сила сексуального бажання, значимо вища у чоловіків, ніж у жінок.

Також значно відрізняються в групах чоловіків і жінок оцінки маскуліності і фемінності, до того ж оцінки чоловіків вищі, ніж жінок. В даному випадку мова йде про те, що чоловіки в більшій мірі, в порівнянні з жінками, відчують свою узгодженість з традиційною для суспільства чоловічою роллю.

Отже, можна побачити, що в рамках чоловічої гендерної ролі в сексуальних стосунках на сьогоднішній день переважає образ з тенденцією до розгляду сексуальних партнерок тільки в якості об'єкта для отримання чуттєвого задоволення, менше уваги звертається на особистість, індивідуальні

особливості характеру партнерки, і немає прагнення увійти в сильний емоційний контакт. На це вказує легкість виникнення збудження і сексуального потягу чоловіків. При цьому у жінок через їхні внутрішні протиріччя щодо їх соціально прийнятної гендерної ролі, в сексі спостерігаються тенденції до страху і збентеження перед сексуальним контактом.

У проведеному нами дослідженні були вивчені не тільки відмінності в сексуальних установках чоловіків і жінок, але і їх зв'язок з переживанням сексуального задоволення (таблиця 3.2.2).

Таблиця 3.2.2

Зв'язок сексуальних проявів та установок до сексу чоловіків у тривалих стосунках

	До сексу	Під час сексу	Після сексу	Розлад	Гармонія
Дозволеність	0,074	0,097	0,137	0,008	0,120
Реалізованість	0,456*	0,375*	0,409*	-0,097	0,467*
Сексуальна невротичність	-0,023	-0,095	-0,043	-0,123	-0,009
Знеособлений секс	-0,196	0,093	-0,182	0,079	-0,478*
Порнографія	0,198	0,082	-0,109	0,009	-0,129
Сексуальна сором'язливість	0,005	-0,176	-0,201	0,211	-0,093
Цнотливість	-0,202	-0,198	-0,409*	0,105	-0,199
Відраза до сексу	-0,089	-0,174	-0,204	0,107	-0,125
Сексуальна збудливість	0,489*	0,201	0,456*	-0,126	0,534**
Фізичний секс	0,458*	0,128	0,069	-0,099	0,084
Агресивний секс	0,006	0,096	-0,045	0,045	-0,007
Лібідо	0,098	0,043	0,009	-0,120	0,186
Сексуальна	0,221	0,185	0,106	0,180	0,500**

задоволеність					
Маскулінність-фемінність	0,056	0,187	-0,098	-0,007	0,009

Кореляційний аналіз показав, що існує як прямий, так і оберений зв'язок між сексуальними установками чоловіків та їх сексуальною задоволеністю в рамках тривалих стосунків.

В першу чергу, слід зауважити, що установка на реалізованість прямо пов'язана з переживанням задоволеності до (0,456), під час (0,375) та після сексу (0,409). Тобто, чим більше чоловіки налаштовані на реалізацію задоволення сексуального життя, тим більше вони відчують цю задоволеність протягом всіх етапів статевого акту. Також, чим більше проявляється установка на реалізованість, тим більше чоловіки відчують загальну сексуальну гармонію в парі (0,467).

Що стосується відчуття загальної гармонії в сексуальних відносинах, то за оцінкою чоловіків, чим більше вони відчують цю гармонію, тим менше проявляється установка на знеособлений секс (-0,478) і більше - установка на сексуальну задоволеність (0,500). Тобто чоловіки, яких задовільняє їх сексуальне життя в тривалих стосунках, в меншій мірі розглядають партнерку, як об'єкта для отримання суто фізіологічного задоволення. Для них більш важлива особистість партнерки, її характеристики, темперамент та налагодження близького особистісного зв'язку з нею.

Крім того, ми виявили, що чоловіки з низькою установкою на цнотливість, більше відчують задоволення після сексу (-0,409). Тобто, чоловіки, які нормально відносяться до теми сексу, не противляться їй, не стримують прояви своєї пристрасті, відчують більше задоволення після самого сексу.

Установка на фізичний секс, як активне прагнення до реального статевого акту, підвищується при високому рівні задоволення до сексу у чоловіків в рамках тривалих відносин (0,458).

Варто звернути увагу на установку на сексуальну збудливість, тобто чутливість до сексуальних стимулів і легкість в підготовці до статевого акту. Так, чим більше проявляється сексуальна збудливість у чоловіків, тим більше вони відчують задоволення до (0,489) і після сексу (0,456). Також, сексуальна збудливість вища, чим більш гармонійними в цілому чоловіки оцінюють свої сексуальні відносини (0,534).

Таким чином, отримані результати демонструють нам щільний зв'язок фізіологічного компонента сексуального благополуччя та установок по відношенню до сексу чоловіків в рамках тривалих стосунків.

Далі ми розглянули взаємозв'язок між ставленням (установками) до сексу жінок та їх сексуальною задоволеністю (таблиця 3.2.3).

Таблиця 3.2.3

Зв'язок сексуальних проявів та установок до сексу жінок у тривалих стосунках

	До сексу	Під час сексу	Після сексу	Розлад	Партнер	Сексуальна гармонія
Дозволеність	0,005	0,078	-0,098	0,009	0,128	0,065
Реалізованість	0,205	0,378*	0,198	-0,095	0,539**	0,456*
Сексуальна невротичність	-0,129	-0,187	-0,210	0,189	-0,453*	-0,576**
Знеособлений секс	-0,076	-0,093	-0,009	0,007	-0,128	-0,190
Порнографія	0,005	-0,119	-0,100	0,004	0,004	-0,120
Сексуальна сором'язливість	-0,198	-0,122	-0,111	0,198	-0,209	-0,467*
Цнотливість	-0,129	-0,006	-0,054	0,004	-0,105	-0,006
Відраза до сексу	-0,438*	-0,206	-0,198	0,109	-0,459*	-0,468*

Сексуальна збудливість	0,452*	0,408*	0,187	-0,176	0,512**	0,423*
Фізичний секс	0,187	0,129	0,204	-0,190	0,087	0,143
Агресивний секс	0,008	-0,065	-0,003	0,002	-0,191	-0,092
Лібідо	0,175	0,012	0,165	-0,093	0,092	0,087
Сексуальна задоволеність	0,398*	0,185	0,100	-0,429*	0,219	0,567**
Маскулінність-фемінність	0,196	0,092	0,421*	-0,003	0,175	0,399*

В результаті аналізу виявлено взаємозв'язок між установками до сексу та сексуальними проявами жінок. Можна побачити, що чим більше жінки націлені на реалізованість в сфері сексуальних відносин, тим вище вони оцінюють гармонійність сексуальних відносин (0,456) і стан своєї поведінки під час сексу (0,378). Також видно, що чим більше жінки націлені на реалізованість в сфері сексуальних відносин, тим краще вони оцінюють партнера (0,539), тобто психологічна готовність до реалізації сексуальних відносин позитивно впливає на сприйняття та оцінку свого партнера.

Сексуальна невротичність знижує оцінку ступеня гармонійності сексуальних відносин (-0,576). Постійні переживання, пов'язані з сексуальною сферою, ролять тільки гірше і знижують відчуття сексуальної гармонії. Відчуття сексуальної гармонії знижують також такі установки як сексуальна сором'язливість (-0,467) і відраза до сексу (-0,468). В той же час переживання сексуальної гармонії підвищується, якщо жінка реалізує такі установки як націленість на сексуальну задоволеність (0,567), сексуальна збудливість (0,423) і фемінність поведінки (0,399). Щодо зв'язку з фемінністю, можна припустити, що традиційний розподіл гендерних ролей в парі призводить до більшої гармонії в сексуальному житті.

Кореляційний аналіз показує також, що така установка як відраза до сексу, негативно впливає не тільки на переживання гармонійності сексуальних відносин, а й на оцінку партнера (-0,459) та на стан сексуальної сфери до сексуального акту (-0,438). Стан сексуальної сфери жінок під час статевого акту пов'язаний з сексуальною збудливістю (0,408) і установкою на реалізованість (0,378) в сексуальних відносинах. Стан жінки після статевого акту пов'язаний з виразністю фемінної поведінки (0,421).

Крім того, ми виявили, що чим більше жінки реалізують в своєму житті установку на сексуальну задоволеність, тим менша ймовірність виникнення парних сексуальних розладів у них спостерігається (-0,429).

Отже, можна сказати, що в партнерів, які перебувають у тривалих стосунках, наявний зв'язок між установками до сексу та їх сексуальними проявами. І в чоловіків, і в жінок відмічається більше відчуття сексуальної гармонійності та задоволення під час сексу за наявності прояву установок на реалізованість, сексуальне задоволення та сексуальну збудливість.

3.3. Дослідження особистісного аспекту сексуального благополуччя

Наступним етапом нашого емпіричного дослідження було виявлення взаємозв'язку характеристик реалізації сексуально-еротичної функції в тривалих стосунках і особистісних особливостей, які безпосередньо впливають на особливості комунікації і міжособистісні відносини чоловіків і жінок в тривалих стосунках. Ми охарактеризували результати дослідження взаємозв'язку особливостей сексуальної сфери та установок до сексу і таких особистісних особливостей як уявлення про себе (позиціонування себе в системі міжособистісних відносин).

Таблиця 3.3.1

Зв'язок сексуальних проявів та особистісних характеристик чоловіків

	До сексу	Під час сексу	Після сексу	Розлад	Секс. Гармонія
Авторитарний	0,531**	0,154	0,154	0,089	0,009
Егоїстичний	0,442*	0,296	0,093	0,099	0,132
Агресивний	0,243	0,098	-0,178	0,336	0,162
Підозрілий	-0,005	-0,055	0,060	0,081	0,126
Покірний	0,005	-0,112	-0,341	-0,117	0,050
Залежний	-0,128	-0,127	0,254	0,141	-0,043
Доброзичливий	0,156	0,244	-0,042	0,087	0,468*
Альтруїстичний	-0,020	-0,209	-0,106	0,135	0,456*

Кореляційний аналіз зв'язку сексуальних проявів та особистісних характеристик чоловіків показав, що високий рівень задоволеності чоловіків до сексу пов'язаний з високою виразністю у них таких особистісних характеристик як авторитарність (0,531) та прагнення домінувати у відносинах з оточуючими (0,442). Тобто можна сказати, що чоловіки, в яких сильніше проявляються риси авторитарності, відчують більше задоволення на етапі, що передуює статевому акту.

А ось відчуття загальної сексуальної гармонії збільшується, якщо у чоловіків більше проявляються такі риси як доброзичливість (0,468) та альтруїстичність (0,456).

Так само проаналізуємо зв'язок сексуальних проявів з особистісними характеристиками жінок (таблиця 3.3.2).

Таблиця 3.3.2

Зв'язок сексуальних проявів та особистісних характеристик жінок

	До сексу	Під час сексу	Після сексу	Розлад	Партнер	Секс. Гармонія
Авторитарний	0,002	-0,467*	0,095	-0,044	0,128	0,009
Егоїстичний	0,052	0,198	0,043	-0,176	0,006	0,132

Агресивний	0,165	0,061	-0,178	-0,098	0,103	0,162
Підозрілий	-0,098	-0,455*	-0,492*	-0,003	-0,128	- 0,463*
Покірний	0,042	-0,092	-0,020	-0,127	-0,497*	-0,437*
Залежний	-0,034	-0,176	0,080	0,122	-0,526**	-0,443*
Доброзичливий	0,165	0,081	0,389*	0,009	0,008	0,049
Альтруїстичний	0,087	-0,002	0,129	0,087	0,109	0,123

Кореляційний аналіз показав наявність значущих взаємозв'язків між фізичним задоволенням жінок і їх особистісними характеристиками. Так, жінки, які менше проявляють авторитарність (-0,467) та підозрілість (-0,455) в своїй поведінці, отримують більше задоволення під час сексу.

Також ми виявили зв'язок між відчуттям задоволеності після сексу у жінок і високими значеннями за шкалою доброзичливості (0,389), а також низькими показниками за шкалою підозрілості (-0,492). Тобто чим менше більше довіри до світу, а відповідно і до партнера, проявляють жінки, тим більше вони відчують задоволеність після сексу.

В ході аналізу результатів також виявлено, що жінки більше задоволені своїми сексуальними партнерами, якщо в їхньому характері менше проявляються такі риси, як залежність (-0,526) і покірність (-0,497).

Крім того, результати дослідження свідчать про те, що жінки, які перебувають в тривалих стосунках, більше відчують сексуальну гармонію з партнером, якщо у них спостерігається менше проявів підозрілості (-0,463), покірності (-0,437) та залежності (-0,443).

Порівнюючи показники чоловіків та жінок, можна сказати, що чоловіки отримують більше задоволення до сексу, якщо у них переважають авторитарні та егоїстичні, домінуючі риси. Тобто частіше вони стають ініціаторами сексу та керують ситуацією, від чого й отримують задоволення. При цьому жінки отримують більше задоволення в процесі статевого акту, якщо в них в меншій мірі проявляються такі авторитарні риси, тобто вони більше підпорядковуються

чоловікам. Також тут важливу роль відіграє довіра до партнера. Чоловіки більше відчують сексуальну гармонію з партнеркою, якщо у них переважають риси доброзичливості та альтруїстичності, що вказує на здатність йти на компроміси, співпрацювати та звертати увагу на бажання партнера. Жінки ж відчують більшу сексуальну гармонію, якщо відчують свободу у стосунках, не залежать від думки оточуючих і здатні довіряти іншим людям.

Охарактеризуємо також результати дослідження взаємозв'язку установок до сексу та особистісних характеристик (позиціонування себе в системі міжособистісних відносин).

Таблиця 3.3.3

Зв'язок установок до сексу та особистісних характеристики чоловіків

	Авторитарний	Егоїстичний	Агресивний	Підозрілий	Покірний	Залежний	Доброзичливий	Альтруїстичний
Дозволеність	-0,192	-0,012	-0,031	0,129	0,009	0,034	0,057	0,173
Реалізованість	-0,003	-0,086	0,075	-0,093	-0,062	-0,174	0,121	0,084
Сексуальна невротичність	0,452*	0,378*	0,437*	0,396*	0,137	0,002	0,005	-0,045
Знеособлений секс	0,127	0,265	0,183	0,168	0,058	-0,078	-0,056	0,052
Порнографія	0,203	0,137	0,059	-0,054	-0,139	0,073	0,109	0,001
Сексуальна сором'язливість	-0,392*	-0,462*	-0,511**	-0,132	0,0194	0,201	0,054	0,038
Цнотливість	-0,162	-0,035	0,090	0,283	-0,452*	-0,431*	0,104	-0,397*
Відраза до сексу	0,236	0,126	0,107	0,030	0,178	0,170	0,204	0,144
Сексуальна збудливість	0,134	0,104	0,168	0,076	0,162	0,110	0,109	-0,065
Фізичний секс	0,435*	0,198	0,185	0,018	0,093	0,054	0,411*	0,241

Агресивний секс	0,393*	0,211	0,192	0,102	-0,143	-0,092	-0,046	-0,007
Лібідо	0,147	0,109	0,087	0,142	-0,094	0,003	0,053	0,087
Сексуальна задоволеність	-0,162	0,147	0,109	0,079	0,125	-0,048	0,155	0,201
Маскулінність-фемінність	0,121	0,091	0,039	-0,052	-0,003	0,163	0,092	-0,005

Результати кореляційного аналізу показують, що якщо чоловіки поводять себе більш авторитарно (0,452), егоїстично (0,378), агресивно (0,437) та підозріло (0,396), то збільшується їх установка на сексуальну невротичність. Але при цьому варто відмітити те, що високі показники у чоловіків за такими якостями як авторитарність (-0,392), егоїстичність (-0,462) та агресивність (-0,511) призводять до зниження показників за шкалою установки на сексуальну сором'язливість. Отже, незважаючи на наявну тенденцію до невротизації, ці показники можуть виступати як компенсаторний механізм і сприяти нормальному функціонуванню сексуальної сфери. Також, чим вищі показники за такими особистісними характеристиками, як покірність (-0,452), залежність (-0,431) та альтруїстичність (-0,397), тим менше у чоловіків проявляється установка на цнотливість. Це може бути пов'язано з відсутністю чітко сформульованої життєвої позиції, в тому числі щодо сексуальних відносин, через переважання таких особистісних рис.

Крім того, ми виявили, що установка на фізичний секс у чоловіків в тривалих стосунках проявляється більше, якщо показники за шкалами авторитарності (0,435) та доброзичливості (0,411) вищі. Це пояснюється тим, що чоловіки, які мають лідерську якість, прагнуть керувати, більше впевнені в собі і при цьому готові безкорисно задовольняти потреби партнерки, за рахунок поєднання цих рис досягають більше успіхів в сексі і, відповідно, орієнтуються на його реалізацію. Установка на агресивний секс у них зростає при зростанні

показників за шкалою авторитарності (0,393). Тобто чим більше чоловіки прагнуть керувати в житті, тим більше і в сексі проявляється бажання домінувати над партнеркою.

Далі проведемо такий же аналіз показників жіночої групи (таблиця 3.3.4)

Таблиця 3.3.4

Зв'язок установок до сексу та особистісних характеристик жінок

	Автори- тарний	Егоїсти- чний	Агрес- ивний	Підо- зрілий	Покір- ний	Залеж- ний	Добрози- чливий	Альтруї- стичний
Дозволеність	-0,398*	-0,237	-0,263	-0,476*	-0,502**	-0,465*	0,034	0,128
Реалізованість	0,201	-0,431*	-0,065	-0,135	0,005	-0,039	-0,176	-0,029
Сексуальна невротичність	0,256	0,217	0,129	0,383*	0,462*	0,513**	0,073	0,052
Знеособлений секс	-0,092	0,118	0,107	0,123	0,210	0,108	0,115	0,085
Порнографія	0,237	0,183	0,147	0,092	0,132	0,230	0,072	0,003
Сексуальна сором'язливість	-0,009	-0,183	-0,065	0,231	0,105	0,362*	0,151	0,080
Цнотливість	-0,093	-0,006	-0,138	-0,109	-0,147	0,006	-0,008	0,043
Відраза до сексу	0,087	0,489*	0,039	0,184	0,121	0,087	0,002	-0,006
Сексуальна збудливість	-0,093	-0,164	-0,064	-0,181	0,002	0,091	-0,101	-0,038
Фізичний секс	0,428*	0,492*	0,205	0,274	0,189	0,078	-0,002	-0,120
Агресивний секс	0,239	0,290	0,120	0,005	0,009	-0,091	-0,052	-0,002
Лібідо	0,204	0,502**	0,224	0,154	0,056	-0,009	0,060	0,037
Сексуальна задоволеність	-0,223	-0,398*	-0,234	-0,467*	-0,473*	-0,513**	0,162	0,215
Маскулінність- фемінність	0,063	-0,147	0,006	0,104	0,236	0,165	0,132	0,045

Результати аналізу показують, що існує обернений зв'язок між установкою на дозволеність у жінок та рисами авторитарності (-0,398), підозрілості (-0,476), покірності (-0,502) та залежності (-0,465). Чим менше у жінок проявляються

дані особистісні характеристики, тим більшою є установка на дозволеність. Жінки більш легко ставляться до сексу, якщо не залежать від думки оточуючих, не схильні у всьому сумніватися та шукати підступ, і при цьому не прагнуть надмірно керувати, бути лідером. Тобто більше нейтральна позиція, коли жінки не залежать від інших і при цьому не сильно керують, а знаходяться в комфортній позиції, коли не потрібно комусь щось доводити, сприяє більшій розкутості, можливості експериментів в ліжку, не боячись осуду інших людей. На противагу цьому, чим більше підозрливості (0,383), покірності (0,462) та залежності (0,513) проявляють жінки, тим вища у них сексуальна невротичність. Тобто, якщо вони, навпаки, більше залежать від думки оточуючих, сприймають різні застарілі стереотипи і шукають підступ, це сприяє появі різних негативних думок, щодо сексу, і вони самі себе засмучують ними, що зменшує рівень сексуального благополуччя пари. Саме на це вказував В. А. Доморацький, описуючи соціально-психологічні дисгармонії в парі [24], підхід якого ми проаналізували в теоретичній частині. Наявність установки на реалізованість спостерігається у жінок при зниженні егоїстичності з їх боку (-0,431). Це пояснюється більшим бажанням жінок попідкуватися про себе і задовольнити свої потреби.

Установка на сексуальну сором'язливість має взаємозв'язок з рисами залежної поведінки у жінок. Чим більша залежність (0,362), тим більша сексуальна сором'язливість. Так само невпевненість в собі, прийняття стереотипів, нав'язаних суспільством, сприяють страху проявити себе в сексуальних відносинах.

Установка на фізичний секс у жінок зростає, якщо в їхній поведінці переважають такі риси, як авторитарність (0,428) та егоїстичність (0,492). Однак варто зауважити, що чим вищі показники за шкалою егоїстичності (0,489) спостерігаються у жінок, тим більше у них проявляється установка на відразу до сексу. Сексуальне лібідо у жінок підвищується, якщо для них в більшій мірі характерні прояви егоїстичності (0,502). Також варто відзначити, що установка на сексуальну задоволеність у жінок проявляється більше, якщо в

характері менші прояви егоїстичності (-0,398), покірності (-0,467), залежності (-0,473) та підозрливості (-0,513). Можна зробити висновок, що переважання егоїстичності в характері більше сприяє задоволенню фізіологічної потреби в сексі, адже простежується орієнтація на реальний фізичний секс, наявність сексуального потягу, більша збудливість, але при цьому може простежуватись відразу до сексу, тобто такий процес приносить саме фізичне задоволення, а не емоційне. При цьому менші прояви егоїстичності, залежності, покірності та підозрливості сприяють загальному сексуальному задоволенню, що сприяє загальному сексуальному благополуччю в парі.

3.4. Дослідження комунікативного аспекту сексуального благополуччя

Останнім етапом нашого емпіричного дослідження стало виявлення взаємозв'язку сексуального благополуччя чоловіків і жінок у тривалих стосунках з особливостями їх спілкування.

Спочатку проведемо аналіз зв'язку сексуальних проявів чоловіків з особливостями комунікації в парі (таблиця 3.4.1).

Таблиця 3.4.1

Зв'язок сексуальних проявів з особливостями спілкування партнерів (чоловіки)

	До сексу	Під час сексу	Після сексу	Розлад	Секс. Гармонія
Довірливість (оцінка себе)	0,198	0,201	0,429*	-0,190	0,120
Довірливість (оцінка партнера)	0,109	0,035	0,451*	-0,003	0,192
Взаєморозуміння (оцінка себе)	0,150	0,104	0,099	-0,102	0,095
Взаєморозуміння (оцінка партнера)	0,432*	0,128	0,103	-0,006	0,201

Подібність у поглядах	0,138	0,092	0,172	-0,090	0,199
Спільні символи	0,394*	0,087	0,108	-0,012	0,093
Легкість	0,100	0,173	0,092	-0,010	0,511**
Психотерапевтичність спілкування	0,085	0,028	0,105	-0,126	0,100

В результаті кореляційного аналізу нам вдалося виявити взаємозв'язок фізичного задоволення чоловіків та особливостей їх спілкування з партнерками. Так, відчуття задоволення до сексу взаємопов'язане з фактором взаєморозуміння з боку партнерки (0,432) та наявністю спільних символів (0,394) в їх стосунках, тобто певних слів, прізвиськ, окремих тем, які зрозумілі тільки партнерам. Тобто, чим більше взаєморозуміння з боку партнерок відчувають чоловіки і чим більше спільних символів присутні в їх парі, тим більше задоволення отримують чоловіки в процесі, що передує статевому акту.

Почуття ж задоволення після сексу має значущі взаємозв'язки з почуттям довіри в спілкуванні як з боку чоловіків (0,429), так і з боку їх партнерок (0,451). Тобто чим більше довіри в спілкуванні з обох сторін, тим більше задоволення отримують чоловіки після статевого акту.

Також, чим більш легким оцінюється спілкування в парі, тим більше чоловіки відчувають загальну сексуальну гармонію (0,511).

Далі проаналізуємо зв'язок сексуальних проявів жінок з їх особливостями спілкування в парі (таблиця 3.4.2).

Таблиця 3.4.2

**Зв'язок сексуальних проявів з особливостями спілкування партнерів
(жінки)**

	До сексу	Під час сексу	Після сексу	Розлад	Партнер	Секс. Гармонія
Довірливість	0,109	0,163	0,045	-0,123	0,099	0,176

(оцінка себе)						
Довірливість (оцінка партнера)	0,094	0,067	0,198	-0,176	0,453*	0,143
Взаєморозуміння (оцінка себе)	0,085	0,179	0,147	-0,204	0,398*	0,437*
Взаєморозуміння (оцінка партнера)	0,203	0,246	0,498*	-0,198	0,175	0,120
Подібність у поглядах	0,100	0,102	0,109	-0,209	0,082	0,073
Спільні символи	0,092	0,108	0,092	-0,164	0,098	0,021
Легкість	0,025	0,109	0,452*	-0,186	0,387*	0,518**
Психотерапевтич- ність спілкування	0,182	0,127	0,008	-0,157	0,009	0,100

У таблиці можна побачити кореляції між фізичним задоволенням і особливостями комунікації жінок зі своїми партнерами. Можна сказати, що чим легше будується спілкування між партнерами, тим більше спостерігається відчуття задоволення жінок після сексу (0,452). Також, чим більше жінки оцінюють спілкування зі своїми партнерами як легке, тим більше вони задоволені своїми сексуальними партнерами (0,387) і, відповідно, їх сексуальні відносини здаються більше гармонійними (0,518).

Також отримані результати свідчать про те, що існує взаємозв'язок між взаєморозумінням в спілкуванні з боку партнера та задоволенням після сексу (0,498). Тобто, чим більше жінки відчують взаєморозуміння в процесі комунікації з боку партнера, тим більше задоволення вони відчують після статевого акту.

Можна побачити, що відчуття задоволеності своїми сексуальними партнерами у жінок залежать від того, наскільки за їх партнери довіряють їм в процесі спілкування (0,453) і наскільки взаєморозуміння можуть проявляти самі

жінки (0,398). Чим більше інформації партнери довіряють жінкам і чим більше жінки проявляють взаєморозуміння, тим більша задоволеність жінок своїми партнерами.

Також варто зауважити, що загальне відчуття сексуальної гармонії у відносинах також корелює з наявністю взаєморозуміння в спілкуванні з боку жінок за їх суб'єктивною оцінкою (0,437).

Далі проаналізуємо зв'язок сексуальних установок з особливостями комунікації чоловіків та жінок в тривалих стосунках.

Таблиця 3.4.3

**Зв'язок установок до сексу з особливостями спілкування партнерів
(чоловіки)**

	Довір- ливість (оцінка себе)	Довір- ливість (партнер)	Взаємо розу- міння (оцінка себе)	Взаємо- розуміння (партнер)	Подіб- ність у погля- дах	Спільні символи	Лег- кість	Психо- терапев- тичність
Дозволеність	0,128	0,095	-0,91	-0,065	0,009	-0,092	0,087	0,043
Реалізованість	0,198	0,200	0,029	0,126	0,453*	0,421*	0,398*	0,192
Сексуальна невротичність	-0,456*	-0,101	-0,195	-0,093	-0,480*	-0,192	-0,412*	-0,207
Знеособлений секс	-0,008	-0,128	-0,139	-0,102	-0,134	-0,043	0,095	-0,196
Порнографія	0,098	0,034	0,009	0,056	0,094	0,065	0,023	0,012
Сексуальна сором'язливість	0,045	0,092	0,106	0,128	0,023	-0,096	-0,125	0,054
Цнотливість	-0,192	-0,120	-0,187	-0,502**	-0,104	0,045	0,034	-0,187
Відраза до сексу	-0,109	0,006	0,084	0,007	-0,109	0,001	0,090	-0,023
Сексуальна збудливість	0,005	0,083	0,012	0,109	0,082	0,091	0,008	0,012
Фізичний секс	-0,190	-0,043	0,045	0,134	0,098	-0,005	0,108	0,143
Агресивний секс	-0,105	0,006	-0,043	-0,156	0,005	0,073	0,065	0,019
Лібідо	-0,003	0,187	0,019	0,143	0,192	-0,195	-0,052	-0,003
Сексуальна	0,399*	0,198	0,098	0,521**	0,459*	0,201	0,432*	0,194

задоволеність								
Маскулінність-фемінність	0,192	0,142	0,093	0,180	0,002	-0,103	-0,002	-0,097

У таблиці 3.4.3 відображені взаємозв'язки між ставленням (установками) до сексу і особливостями спілкування чоловіків зі своїми партнерками. Ми бачимо, що чим більше схожості у поглядах (0,453) і загальних символів (0,421) спостерігається в парі, а також чим легше спілкування з партнерками за оцінками чоловіків (0,398), тим більш вираженою є установка на реалізованість.

Чим більше чоловіки можуть довіряти в спілкуванні своїм партнеркам (-0,456), а також чим більше подібностей в поглядах (-0,480) і легкості в спілкуванні (-0,412) з партнерками бачать чоловіки, тим меншою буде установка сексуальну невротичність.

Крім того, чим більше взаєморозуміння з боку партнерок (-0,502) відчують чоловіки, тим нижчі показники по установці на цнотливість, як уникнення будь-яких сексуальних проявів у своєму житті, які вони демонструють.

Також результати показують, що установка на сексуальну задоволеність у чоловіків в тривалих стосунках збільшується, якщо спілкування з партнерками у них відбувається легко (0,432), якщо чоловіки можуть довіряти партнеркам в спілкуванні (0,399), а також якщо чоловіки бачать взаєморозуміння з боку партнерок (0,521) і якщо наявна подібність в поглядах між партнерами (0,459).

Далі проаналізуємо зв'язок між установками до сексу жінок в тривалих стосунках і особливостями спілкування в парі (таблиця 3.4.4).

Таблиця 3.4.4

Зв'язок установок до сексу з особливостями спілкування партнерів (жінки)

	Довір- ливість (оцінка себе)	Довір- ливість (партнер)	Взаємо- розу- міння (оцінка себе)	Взаємо- розуміння (партнер)	Подіб- ність у погля- дах	Спільні символи	Лег- кість	Психо- терапеу- тичність
Дозволеність	0,021	0,173	0,164	0,201	0,165	0,152	0,102	0,473*

Реалізованість	0,462*	0,129	0,009	0,209	0,173	0,002	0,431*	0,006
Сексуальна невротичність	-0,106	-0,502**	-0,003	-0,387*	-0,126	0,006	-0,398*	-0,108
Знеособлений секс	-0,021	-0,175	-0,065	-0,221	-0,002	0,004	-0,162	-0,101
Порнографія	-0,102	0,004	0,007	0,092	-0,172	-0,162	-0,048	-0,109
Сексуальна сором'язливість	-0,094	-0,005	-0,120	0,003	0,103	-0,100	0,034	0,007
Цнотливість	0,054	-0,100	0,012	-0,104	0,004	-0,184	-0,109	-0,103
Відраза до сексу	-0,201	-0,182	-0,085	-0,043	-0,49	-0,093	-0,198	-0,112
Сексуальна збудливість	0,004	0,109	0,128	0,092	-0,003	0,006	0,184	0,154
Фізичний секс	0,128	0,187	0,109	0,091	0,004	0,201	0,083	0,005
Агресивний секс	-0,005	-0,102	-0,092	0,004	0,053	-0,006	-0,109	-0,083
Лібідо	-0,172	0,109	0,034	-0,098	0,004	-0,121	0,021	0,009
Сексуальна задоволеність	0,453*	0,402*	0,201	0,189	0,103	0,098	0,399*	0,211
Маскулінність-фемінність	-0,034	0,056	-0,004	-0,005	-0,132	0,075	0,043	0,023

В ході кореляційного аналізу було виявлено як прямий, так і обернений зв'язок між ставленням (установками) до сексу жінок в тривалих стосунках і особливостями комунікаційної сфери їх відносин. З таблиці видно, що чим більше жінки зі свого боку здатні проявляти довіру до своїх партнерів в процесі спілкування, тим в більшій мірі у них спостерігаються установки на реалізованість (0,462) і сексуальну задоволеність (0,453). Так само, якщо жінки відчувають довірливість в спілкуванні з ними з боку їх партнерів, то їх установки на сексуальну невротичність знижуються (-0,502) і спостерігається підвищення установки на задоволеність від сексу (0,402).

Також результати дослідження показують, що чим більше взаєморозуміння з боку своїх партнерів відчувають жінки, тим менше у них проявляється установка на сексуальну невротичність (-0,423). Сприйняття жінками

спілкування зі своїми партнерами як легкого свідчить про зниження установки на сексуальну невротичність (-0,398), а також впливає на підвищення установок на реалізованість (0,431) і задоволеність (0,399) в сексуальних відносинах.

Також варто зазначити, що чим більше психотерапевтичною сприймається жінками їх комунікація в парі, тобто чим більш комфортним та інтимним для них є спілкування з партнером, тим більше у них спостерігається проявів установок на дозволеність (0,473).

Отже, спілкування в парі є важливим компонентом сексуального благополуччя чоловіків та жінок у тривалих стосунках. Легкість в спілкуванні сприяє гармонійності в сексуальних відносинах, при цьому у партнерів більше проявляються установки на реалізованість та сексуальне задоволення. Це можна пояснити тим, що партнери сприймають секс як нормальний процес, який готові реалізувати і отримувати від нього насолоду, і разом з цим можуть з легкістю обговорювати весь процес, свої бажання та вподобання, що є дійсно важливим у сексуальних стосунках. Жінки, які проявляють розуміння в спілкуванні, більше задоволені сексом, отже, вони менш критично і більше з розумінням ставляться до своїх партнерів та різних нюансів в сексі, що зменшує появу різних претензій та невдоволень. Наявність спільних символів та поглядів в парі пов'язані з задоволеністю чоловіків процесом, що передуює сексу і з установкою на реалізованість, отже, більш за все пари мають також певні ритуали, традиції чи символи, які виступають, як сигнал, що спонукають до сексу і які підходять обом партнерам, що допомагає легше і з більшим задоволенням почати статевий акт, ініціаторами якого частіше стають чоловіки. При цьому взаєморозуміння з боку жінки також сприяє такій задоволеності у чоловіків. Довірливість у спілкуванні збільшує задоволеність у чоловіків після сексу, а жінки загалом більше задоволені партнерами, при цьому у них переважає установка на реалізованість та сексуальне задоволення. Отже, партнери налаштовані на реалізацію сексуальних відносин і вони не приховують свої відчуття, що стосуються сексу, та не очікують цього від партнера, тобто максимально відкриті і тому чоловіки не переживають за

результат цієї реалізації, а жінки задоволені партнерами. Ми зазначали, що Г.С. Кочарян в своїх роботах описує синдром тривожного очікування невдачі у чоловіків, що викликає порушення у сексуальній сфері, натомість, результати нашого дослідження вказують на те, що взаєморозуміння з боку партнерки, довірливість в спілкуванні знижує у чоловіків це очікування невдачі і сприяє задоволеністю процесом до та після сексу, що сприяє сексуальному благополуччю. Також, ми визначили, що дозволеність у жінок більша, якщо більш психотерапевтичним є спілкування, це пояснюється тим, що наявність тісного зв'язку, близькості, інтимності спілкування дозволяє їм більше відкритися в сексуальному плані, зробити цей процес ще доступнішим. Тобто відкритість, довіра, взаєморозуміння, легкість у спілкуванні – все це допомагає партнерам глибше пізнати один одного, відкритись на повну, що і в сексуальних відносинах сприяє більшій довірі до партнера, відкритості, можливості розслабитися та отримати задоволення.

3.5. Висновки до третього розділу

Ми дослідили ті характеристики функціонування пар, які пов'язані з реалізацією сексуально-еротичної функції і характеризують рівень сексуального благополуччя. Нами були виявлені значущі відмінності в особливостях сексуальності чоловіків і жінок в парах в аспектах сексуального задоволення і установок до сексу. Дослідження також виявило, що різні складові сексуального благополуччя дійсно пов'язані між собою, як у чоловіків, так і у жінок. Однак, характер зв'язку різний у чоловіків і жінок в парах.

Вивчення особливостей сексуальної сфери чоловіків і жінок в парах показало, що в дослідженні взяли участь партнери в тривалих стосунках з досить високим рівнем гармонійності сексуального життя (сексуального благополуччя) і, отже, отримані в дослідженні результати, що характеризують зв'язок параметрів сексуального благополуччя з особливостями спілкування і міжособистісних відносин в парі, мають високий ступінь надійності.

Дослідження фізіологічного компонента сексуального благополуччя показує, що чоловіки і жінки відчують різну ступінь фізичного задоволення в сексі зі своїми партнерами до, під час і після нього, а також значущі відмінності спостерігаються за загальним показником гармонійності сексуальних відносин, який значимо вище у чоловіків.

У проведеному нами дослідженні були вивчені відмінності в сексуальних установках чоловіків і жінок, і їх зв'язок з переживанням сексуального задоволення. Ми виявили, що чоловікам більше властиві установки на знеособлений секс, сексуальну збудливість, лібідо, а також вищі оцінки маскулінності. На переживання сексуальної гармонії як чоловіками, так і жінками сприяють установки на реалізованість в сексі, на сексуальну збудливість, прагнення отримати сексуальне задоволення. Жінки відчують сексуальну гармонію також, коли проявляють поведінку, що відповідає їх статі.

Як особистісні особливості чоловіків і жінок, так і особливості спілкування в стійких парах виступають в якості психологічних умов сексуального благополуччя. Для чоловіків характерне прагнення знаходитися в домінантній позиції, проявляючи при цьому безкорисливу турботу для задоволення потреб партнерки, і таке позиціонування сприяє переживанню ними сексуальної гармонії. Гармонію в сексуальних відносинах переживають жінки, які не схильні позиціонувати себе як егоїстичні, підозрілі, залежні. Також задоволені своїми сексуальними партнерами жінки, які відчують незалежність, певну свободу у відносинах. Якщо чоловіки поводять себе більш авторитарно, егоїстично, агресивно та підозріло, то збільшується їх установка на сексуальну невротичність і знижується сексуальна сором'язливість. Чим більше проявляють покірність, залежність та альтруїстичність, тим менше проявляється установка на цнотливість. У жінок залежність у відносинах супроводжується сором'язливістю та несприйняттям сексу, як можливості отримати задоволення, що не сприяє сексуальному благополуччю. А прояви егоїстичності, тобто орієнтації на себе, своє задоволення, пов'язані з

збільшенням сексуального потягу та готовністю задовільнити свою потребу (установка на фізичний секс).

Також ми дослідили, що відкритість, довіра, взаєморозуміння, легкість у спілкуванні – все це допомагає партнерам глибше пізнати один одного, відкритись на повну, що і в сексуальних відносинах сприяє більшій довірі до партнера, відкритості, можливості розслабитися та отримати задоволення.

Отже, результати дослідження показують, що переживання сексуального благополуччя пов'язане не тільки з фізіологічним аспектом, а включає в себе також психологічний (зокрема особистісні характеристики та спілкування) та соціокультурний аспекти.

ВИСНОВКИ

В рамках нашого дослідження було проведено теоретичний аналіз та емпіричне дослідження психологічних аспектів сексуального благополуччя чоловіків та жінок в тривалих стосунках. Сексуальність людини є надзвичайно широкою міждисциплінарною сферою знань, яка привертає до себе увагу багатьох науковців з різних галузей, однак і до цього часу саме психологічні чинники сексуального благополуччя були мало досліджені практично. Саме тому в рамках даної роботи нами була зроблена спроба висвітлити взаємозв'язок між особистісними особливостями і особливостями спілкування між партнерами з компонентами сексуального благополуччя в тривалих стосунках.

По-перше, в ході теоретичного аналізу було показано, що сексуальне благополуччя може бути розглянуто як результат реалізації сексуально-еротичної функції системи і нерозривно пов'язане з характером міжособистісних відносин в парі.

Нам вдалося визначити, що взаємини в парі є складно організованим процесом, що володіє великою кількістю функцій і специфічних характеристик, що утворюють цілісну багаторівневу систему взаємодії між партнерами. Тому необхідний розгляд сексуально-еротичної функції підсистеми виключно в рамках комплексного аналізу всієї структури міжособистісних відносин між партнерами в силу очевидного її впливу на інші функції пари та їх зворотний вплив на неї.

Аналіз літератури показав, що існують статеві відмінності в переживанні сексуального благополуччя чоловіками і жінками. Дані відмінності формуються в процесі соціалізації і засвоєння гендерних ролей та стереотипів і безпосередньо визначають такий компонент сексуального благополуччя як психологічне задоволення від реалізації потреби в емоційній близькості й інтимності між партнерами, що, в свою чергу, надає опосередкований вплив і

на інший компонент сексуального благополуччя, а саме, його фізіологічний аспект.

Також ми визначили, що оскільки сексуально-еротична функція реалізується конкретним чоловіком або жінкою, що володіють певними особистісними особливостями, а також тільки у відносинах між двома людьми (сексуальними партнерами), особистісні особливості і характер відносин в парі виступають психологічними умовами, в яких досягається або ж не досягається сексуальне благополуччя чоловіками і жінками в тривалих стосунках.

Таким чином, в результаті теоретичного аналізу уявлень про структуру сексуальності людини і значення реалізації сексуально-еротичної функції пари ми дослідили, що сексуальне благополуччя є складним, багатокomпонентним системним утворенням, що характеризується ступенем реалізованості сексуально-еротичної функції системи. Ми визначили, що це поняття протилежне сексуальним дисгармоніям і передбачає:

- психологічний компонент – емоційне задоволення від сексуальних відносин, особистісні характеристики партнерів, відповідність очікувань щодо партнера і стосунків загалом, особливості спілкування в парі, емоційна близькість у відносинах, почуття любові.
- соціокультурний – відповідність уявлень партнерів про гендерні ролі та ставлення до сексу, що формується в процесі засвоєння цих ролей.
- фізіологічний – сексуальний потяг, збудливість, оргазм, відчуття на всіх етапах статевого акту та задоволеність ним.

По-друге, виходячи з даних, які ми отримали в ході теоретичного аналізу, ми сформувавши гіпотези та провели емпіричне дослідження психологічних аспектів сексуального благополуччя чоловіків та жінок у тривалих стосунках. Ми довели, що існують відмінності в переживанні сексуального благополуччя між чоловіками та жінками. Дослідження фізіологічного компоненту сексуального благополуччя показує, що чоловіки і жінки відчують різну ступінь фізичного задоволення в сексі зі своїми партнерами до, під час і після

нього, а також значущі відмінності спостерігаються за загальним показником гармонійності сексуальних відносин, який значимо вище у чоловіків.

У проведеному нами дослідженні були вивчені відмінності в сексуальних установках чоловіків і жінок, і їх зв'язок з переживанням сексуального задоволення. Ми виявили, що чоловікам більше властиві установки на знеособлений секс, сексуальну збудливість, лібідо, а також вищі оцінки маскулінності. На переживання сексуальної гармонії як чоловіками, так і жінками сприяють установки на реалізованість в сексі, на сексуальну збудливість, прагнення отримати сексуальне задоволення. Жінки відчують сексуальну гармонію також, коли проявляють поведінку, що відповідає їх статі.

По-третє, ми визначили, що досліджувані компоненти сексуального благополуччя значимо взаємопов'язані між собою. Було встановлено, що як особистісні особливості чоловіків і жінок, так і особливості спілкування в парах з тривалими стосунками виступають в якості психологічних умов сексуального благополуччя. Для чоловіків характерне прагнення знаходитися в домінантній позиції, проявляючи при цьому безкорисливу турботу для задоволення потреб партнерки, і таке позиціонування сприяє переживанню ними сексуальної гармонії. Гармонію в сексуальних відносинах переживають жінки, які не схильні позиціонувати себе як егоїстичні, підозрілі, залежні. Також задоволені своїми сексуальними партнерами жінки, які відчують незалежність, певну свободу у відносинах. Якщо чоловіки поведуть себе більш авторитарно, егоїстично, агресивно та підозріло, то збільшується їх установка на сексуальну невротичність і знижується сексуальна сором'язливість, що утворює компенсаторний механізм і сприяє нормальному функціонуванню сексуальної сфери. Жінки, які менше проявляють залежність у відносинах, менш сором'язливі в своїх сексуальних проявах та сприймають секс, як можливість отримати задоволення. А прояви егоїстичності, тобто орієнтації на себе, своє задоволення, пов'язані з збільшенням сексуального потягу та готовністю задовільнити свою потребу (установка на фізичний секс).

Також ми дослідили, що відкритість, довіра, взаєморозуміння, легкість у спілкуванні – все це допомагає партнерам глибше пізнати один одного, відкритись на повну, що і в сексуальних відносинах сприяє більшій довірі до партнера, відкритості, можливості розслабитися та отримати задоволення.

Таким чином, в результаті проведеного дослідження нам вдалось розширити наукові уявлення про психологічні фактори сексуального благополуччя в парах і сформувавши передумови для більш детального вивчення психологічних особливостей відносин в парах, які здатні впливати на відчуття як загальної, так і сексуальної гармонії у відносинах.

Всі поставлені нами задачі були виконані, отже можна говорити про перспективність даного дослідження і можливість подальшого його поглиблення з метою формування емпірично підтвердженої теоретичної бази, яка необхідна для підвищення ефективності надання допомоги пацієнтам, що страждають від сексуальних дисгармоній, поліпшення якості їх життя, а також вироблення системи профілактики сексуальних дисфункцій до моменту їх появи. Крім того, розширення знань в цій області дозволить запобігти цілому спектру психічних порушень, які є наслідком тривалого перебування в ситуації психологічної дезадаптації, викликані відсутністю достатнього інструментарію в сфері допомоги людям з розладами сексуальної сфери.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Adler A. *Understanding Human Nature* / A. Adler. – Eastford: Martino Fine Books, 2010. – 286 p.
2. Cuber J.F. “Five Types of Marriage,” in Skolnick and Skolnick, *Family in Transition* / J.F. Cuber, P.B. Harroff. – Boston: «Little, Brown, and Co», 1971. – P. 287-299.
3. Frankl V. *Psychotherapy and Existentialism: Selected Papers on Logotherapy* / V. Frankl. – London: Penguin Books Ltd, 1973. – 254 p.
4. Horney K. *Self Analysis* / K. Horney. – London: Routledge, 2014. – 312 p.
5. Kaplan H.S. *Sexual Desire Disorders: Dysfunctional Regulation of Sexual Motivation* / H.S. Kaplan. – N.Y.: Routledge, 1995. – 352 p.
6. Kinsey A.C. *Sexual behavior in the human male* / A.C. Kinsey, W.B. Pomeroy, C.E. Martin. – Bloomington: Indiana University Press, 1998. – 824 p.
7. Laing R.D. *Intensive family therapy: Theoretical and practical aspects. : Mystification, confusion, and conflict* / R.D. Laing, I. Boszormenyi-Nagy, J.L. Framo. – London: Routledge, 1965. – 528 p.
8. Metts S. *The role of communication in human sexuality* / S. Metts, W.R. Cupach; edited by K. McKinney and S. Sprecher. // *Human Sexuality: The societal and interpersonal context*. – Westport. CT: Ablex, 1989. – 526 p.
9. Renshaw D. *Women Coping With a Partner’s Sexual Avoidance* / D. Renshaw // *Family Journal*, 9. – 2001.
10. Агарков С.Т. Сексопатология в терапевтической практике. Общемедицинские проблемы терапевтической практики / С.Т. Агарков, Т.Е. Агаркова; под ред. Н.В. Эльштейна. – Таллин: Валгус, 1983. – С. 84-103.
11. Агарков С.Т. Сексуальность от зачатия до смерти: онтогенез сексуальности: уч. пос. к курсу «Психологическое консультирование в сексологии» / С.Т. Агарков, Е.А. Кашенко. – Воронеж: ИПЦ «Научная книга», 2011. – 248 с.

12. Агарков С.Т. Сексуальность. От инстинктов к чувствам: психогенез сексуальности / С.Т. Агарков. – М.: ООО «ИПЦ “Маска”», 2013. – С. 8-18.
13. Адлер А. Наука жить / Адлер А.; пер. с англ. Е. О. Любченко, пер. с нем. А. А. Юдина. – Киев: Port-Royal, 1997. – 288 с.
14. Айзенк Г.Ю. Как измерить личность / Г.Ю. Айзенк, Г. Вильсон; пер. с англ. А. Белопольского. – М.: ООО «Когито-Центр», 2000. – 283 с.
15. Алешина Ю.Е. Полоролевая дифференциация как комплексный показатель межличностных отношений супругов / Ю.Е. Алешина, И.Ю. Борисов // Вестник МГУ. Серия XIV. Психология. – 1989. – № 2. – С. 308-320.
16. Афанасьев А.Ю. Синтаксис любви. Типология личности и прогноз парных отношений / А.Ю. Афанасьев. – М.: Остожье, 2000. – 494 с.
17. Бодалев А.А. Восприятие и понимание человека человеком / А.А. Бодалев. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1982. – 200 с.
18. Вагнер Г. Импотенция: физиология, психология, хирургия, диагностика и лечение / Г. Вагнер, Р. Грин; пер. с англ. – М.: Медицина, 1985. – 240 с.
19. Васильченко Г.С. Определение половой конституции мужчины: Метод. Рекомендации / Г.С. Васильченко. – М., 1974. – 46 с.
20. Васильченко Г.С. Опыт исследования межличностных отношений у сексологических больных / Г.С. Васильченко, Ю.А. Решетняк. // Проблемы современной сексопатологии. – М., 1972. – С. 161-174.
21. Васильченко Г.С. Первичное обследование женщин страдающих сексологическими расстройствами: Метод. рекомендации / Г.С. Васильченко, И.Л. Ботнева, А. Нохуров. – М., 1975. – 26 с.
22. Гозман Л.Я. О двух научных моделях любви / Л.Я. Гозман // Семья и личность. – М.: НИИОП АПН СССР, 1981. – С. 99-104.
23. Гозман Л.Я. Психология эмоциональных отношений / Л.Я. Гозман. – М.: Изд-во МГУ, 1987. – 176 с.

24. Доморацкий В.А. Медицинская сексология и психотерапия сексуальных расстройств / В.А. Доморацкий. – М.: Академический проект; Культура, 2009. – 470 с.
25. Доморацкий В.А. Сексуальные расстройства и методы их коррекции у мужчин: учеб. пособие / В.А. Доморацкий. – Минск: БГУ, 2002. – 192 с.
26. Имелинский К. Психогигиена половой жизни / К. Имелинский; пер. с польск. – М: Медицина, 2012. – 256 с.
27. Имелинский К. Сексология и сексопатология / К. Имелинский; пер. с польск. – М.: Медицина, 1986. – 423 с.
28. Исаев Д.Н. Половое воспитание детей: Медико-психологические аспекты / Д.Н. Исаев, В.Е. Каган. – 2-е изд., перераб. и доп. – Л.: Медицина, 1988. – 160 с.
29. Исаев Д.Н. Роль семьи в половом воспитании дошкольников / Д.Н. Исаев, Н.В. Александрова // Семейная психиатрия при нервных психических заболеваниях. – Л., 1978. – С. 103-113.
30. Каплан Х. Сексуальная терапия. Иллюстрированное руководство / Х. Каплан; пер. с англ. – М.: Класс, 1994. – 160 с.
31. Кащенко Е.А. Основы социокультурной сексологии / Е.А. Кащенко. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Книжный дом «ЛИБРОКОМ», 2011. – С. 8-33.
32. Келли Г. Основы современной сексологии / Г. Келли. – СПб.: Издательство «Питер», 2000. – 896 с.
33. Кибрик Н.Д. Клинико-прогностические аспекты психо-сексуальной адаптации: метод. рекомендации / Н.Д. Кибрик и др. – М.: МНИИП, 1999. – 16 с.
34. Коломинский Я.Л. Психология взаимоотношений в малых группах (общие и возрастные особенности): учеб. пособие / Я.Л. Коломинский. – Минск: ТетраСистемс, 2000. – 432 с.
35. Кон И.С. Введение в сексологию / И.С. Кон. – М.: Медицина, 1988. – 320 с.

36. Кон И.С. Сексология. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / И.С. Кон. – М.: Издательский центр «Академия», 2004.
37. Кочарян Кратохвил С. Психотерапия супружеских отношений / С. Кратохвил; пер. с чешск. – М.: Медицина, 2008. – 328 с.
38. Мастерс У. Основы сексологии / У. Мастерс, В. Джонсон, Р. Колодни; пер. с англ. – М.: Мир, 1998. – 692 с.
39. Общая сексопатология: руководство для врачей / Г.С. Васильченко и др.; под ред. Г.С. Васильченко. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: ОАО «Издательство «Медицина»», 2005. – 512 с.
40. Петровская Л. А. Компетентность в общении. Социально-психологический тренинг / Л. А. Петровская. – М.: Изд-во МГУ, 1989. – 216 с.
41. Пэпп П. Семейная терапия и её парадоксы / П. Пэпп; пер. с англ. В.П. Чурсина. – М.: Независимая фирма «Класс», 2006. – 288 с.
42. Рожановская З.В. Психотерапия сексуальных нарушений у женщин: руков. по психотерапии / З.В. Рожановская; под ред. В.Е. Рожнова. – Ташкент: Медицина, 1995. – С. 524-538.
43. Розанов В.В. Семья как религия / В.В. Розанов // Русский эрос или философия любви в России. – М.: Прогресс, 1991. – 131 с.
44. Рюриков Ю.Б. Мед и яд любви / Ю.Б. Рюриков. – М.: Молодая гвардия, 2002. – 256 с.
45. Смулевич А.Б. Половые извращения: руков. по психиатрии: в 2 т. Т. 1 / А.Б. Смулевич. – М.: Медицина, 1983. – 361 с.
46. Собчик Л.Н. Методы психологической диагностики. Вып. 3. Диагностика межличностных отношений. Модифицированный вариант интерперсональной диагностики Т. Лири: метод. руководство / Л.Н. Собчик. – М.: МКЦ ГУ по труду и социальным вопросам Мосгорисполкома, 1990. – 48 с.
47. Соколова, Соловьев Н.Я. Брак и семья сегодня / Н.Я. Соловьев. – Вильнюс: Минтис, 1977. – 256 с.

48. Старшенбаум Г.В. Сексуальная и семейная психотерапия / Г.В. Старшенбаум. – М.: Изд-во Высшей школы психологии, 2003. – 300 с.
49. Сысенко В.А. Супружеские конфликты / В.А. Сысенко. – М., 1993. – 176
50. Франкл В. Психотерапия на практике / В. Франкл. – СПб: Речь, 2000. – 256 с.
51. Хорни К. Женская психология / К. Хорни; пер. с англ. – СПб.: Восточно-Европейский институт психоанализа, 1993. – 222 с.
52. Шнейдер Л.Б. Семья: оглядываясь вперед / Л.Б. Шнейдер. – СПб.: Питер, 2013. – 368 с.
53. Энциклопедия психодиагностики. Психодиагностика семьи. – Самара: Издательский дом «Бахрах-М», 2009. – 695 с.

ДОДАТКИ**ДОДАТОК А****Анкета учасника дослідження**

Ваше ім'я / псевдонім: _____

Вік: _____

Як давно ви проживаєте разом з партнером: _____

Як давно перебуваєте в офіційних відносинах: _____

Чи були у вас зафіксовані ті чи інші психіатричні, гінекологічні або урологічні захворювання (якщо так, то вкажіть які): _____

Сексуальна формула жіноча (СФЖ) (Г.С. Васильченко)

Опитувальник складається з 8 основних розділів (позначені римськими цифрами), 9 розділ вказує на тривалість статевого розладу. Відповіді досліджуваної позначаються цифрами від 0 до 4. Після прочитання опитувальника жінка підкреслює цифру, яка стоїть проти твердження, що найбільше відповідає її стану.

Текст опитувальника

I. Менструація:

0 - кров'яних виділень із статевих шляхів ніколи не було;

1 - нерегулярні кров'яністі виділення зі статевих шляхів або регулярні з інших місць (наприклад, носові);

2 - менструації стали нерегулярними або повністю припинилися протягом останніх років;

3 - менструації втрачали свою регулярність тільки під впливом несприятливих умов, при нервово-психічних станах, в літній період або при зміні місця проживання;

4 - менструації завжди зберігали свою періодичність, навіть в самих несприятливих умовах.

II. Ставлення до статевої активності:

0 - статевий акт завжди викликав непереборну огиду (або біль);

1 - статевий акт з деяких пір викликає огиду, що змушує шукати причину, щоб від нього ухилитися;

2 - статевий акт байдужий і участь в ньому проходить без внутрішнього спонукання (з почуттям обов'язку або щоб уникнути конфлікту);

3 - статевий акт приносить задоволення, але ступінь насолоди знаходиться в явній залежності від фази менструального циклу;

4 - статевий акт викликає глибоку насолоду завжди, незалежно від фази менструального циклу.

III. Виділення вагінального слизу до початку статевого акту:

0 - ніколи не було;

1 - відбувається не завжди і залежить від фази менструального циклу (в «несприятливі» періоди не відбувається навіть при тривалих попередніх пестошах;

2 - відбувається зі значною постійністю (незалежно від фази менструального циклу), але за умови достатньої тривалості попередніх ласк;

3 - відбувається у всіх випадках за умови, що статевий акт відбувається за внутрішнім бажанням;

4 - відбувається завжди і дуже швидко, навіть при самих поверхневих ласках (поверхневі швидкі обійми і поцілунки), а іноді і просто при розмові, що приймає інтимний характер.

IV. Наступ глибокої гострої нервової розрядки (оргазму):

0 - ніколи ні при яких обставинах не відчувала оргазму;

1 - відчувала оргазм тільки при сновидіннях еротичного змісту;

2 - відчувала одиничні випадки оргазму за виняткових обставин (сексуальні «ігри», особливі форми статевого впливу при спілкуванні з витонченим чоловіком) або при самороздраженні;

3 - оргазм настає приблизно в 50% всіх статевих актів;

4 - оргазм настає більш ніж у 80% всіх статевих актів; бувають повторні оргазмічні розрядки при одноразовому статевому акті.

V. Фізичне самопочуття після статевих актів:

0 - біль або відчуття тяжкості в статевих органах;

1 - повна фізична байдужість;

2 – відчуття невідрагованого статевого збудження, довго не зникає;

3 – відчуття розрядки статевого збудження, що настає відразу після закінчення статевого акту або в процесі заключних ласк;

4 - задоволеність і приємна втома.

VI. Настрій після зносин:

0 - відразу або (і) почуття приниженості;

- 1 - почуття позбавлення від прикрого обов'язку;
- 2 - почуття повної байдужості;
- 3 - задоволення від усвідомлення виконаного обов'язку (або задоволення від усвідомлення доставленої партнерові радості);
- 4 - почуття вдячності партнеру за отримане задоволення, радість взаємного зближення.

VII. Рівень статевої активності. Статеві акти здійснюються з такою періодичністю:

- 0 - ніколи не було;
- 0,5 - з інтервалами не менше року;
- 1 - кілька разів на рік, але не частіше одного разу на місяць;
- 2 - кілька разів на місяць, але не частіше одного разу на тиждень;
- 3 - рази два або на декілька частіше в тиждень;
- 4 – щодоби один або декілька разів.

VIII. Тривалість зносин. Сім'явиверження у партнера настає:

- 0 - ще до введення члена або в момент введення;
- 0 - не настає ні за яких обставин;
- 0,5 - через кілька секунд після введення;
- 1 - не при кожному статевому акті, зносини носять затяжний, часом виснажливий характер;
- 2 - приблизно в межах 15-20 рухів;
- 3-4 - через 1-2 хвилини або довше (вказати приблизну тривалість).

IX. Тривалість статевого розладу:

- 0 - з початку статевого життя;
- 1 – більше півроку;
- 2 - менше півроку;
- 3 - в даний час немає ніяких розладів, але вони траплялися в минулому; 4 - не знаю, що значить мати труднощі в статевому житті.

Цифри 0, 1, 2 в кожному показнику відображають різні ступені зниження статевої функції досліджуваної, 3 - середньостатистичну норму, 4 – сильну статеву конституцію жінки.

Цифри, що відповідають відповідям досліджуваної, записують у вигляді числового ряду, розділеного похилими лініями на 4 діади, окремо проставляється показник тривалості статевого розладу (IX), а потім підраховується сумарний (прогностичний) показник. Отримана формула відображає стан сексуальної сфери жінки, оскільки показники СФЖ залежать від її конституційних особливостей, наявності або відсутності статевої дисфункції, характеру взаємин з партнером, його статевої активності і тривалості статевого акту. Середньостатистичний (нормативний) зразок СФЖ наближається до наступного: $3,3 / 3,3 / 3,3 / 3,3 / 3 = 6 / 6 / 6 / 6 / 3 = 27$.

Сексуальна формула чоловіча (СФЧ) (Г.С. Васильченко)

Опитувальник складається з 10 розділів (позначені римськими цифрами), в кожному з розділів відповіді досліджуваного позначаються цифрами від 0 до 4. Досліджуваному пропонується заповнити опитувальник, підкресливши в кожному розділі те твердження, що найбільшою мірою відповідає його стану.

Текст опитувальника

I. Потреба в статевих зносинах. Як часто виникає настійна бажання мати статевий акт (незалежно від напруги статевого члена):

0 - взагалі ніколи або не частіше одного разу на рік;

1 - кілька разів на рік, але не частіше одного разу в місяць;

2 - 2-4 рази на місяць;

3 - рази два або на декілька частіше на тиждень;

4 - щодоби один або кілька разів.

(При заповненні цього розділу чоловіки часто неправильно ототожнюють бажання статевої близькості з наявністю ерекції, достатньої для проведення коїтусу. Однак при ряді еректильних дисфункцій бажання мати статевий акт виникає досить часто, але його реалізація утруднена через слабку ерекцію)

II. Настрій перед зносинами:

0 - сильний страх невдачі, тому спроб ніколи не робив;

1 - виражена невпевненість, що змушує шукати причини, щоб ухилитися від спроби;

2 - деяка невпевненість, але від спроби не ухиляюся (або проводжу коїтус, щоб догодити партнерці без внутрішнього спонукання; або проводжу зносини, щоб випробувати себе);

3 - головним чином бажання насолоди, оволодіння жінкою, до зносин приступаю без побоювань;

4 - завжди тільки жага насолоди жінкою, ніколи не відчуваю жодних сумнівів.

III. Статева заповзятливість. Проводжу дії, спрямовані до безпосереднього здійснення статевого акту:

0 - взагалі не проводжу або проводжу з інтервалом не менше року;

1 - кілька разів на рік, але не частіше 1 разу на місяць;

2 - кілька разів на місяць, але не частіше 1 разу на тиждень;

3 - 2-3 рази (або дещо частіше) в тиждень;

4 - щодоби один або кілька разів.

(В цьому розділі при заповненні опитувальника досить часто помилка – вказівка кількості вдалих статевих актів, хоча мова йде про сексуальну поведінку, спрямовану на здійснення статевих зносин, тобто спроб вступити в інтимну близькість, які можуть і не збігатися з числом успішно завершених статевих актів. Таким чином, в цьому розділі враховується загальна кількість спроб зробити коїтус (як вдалих, так і невдалих))

IV. Частота здійснення статевого акту. Мені вдається провести статеві зносини (хоча і не зовсім повноцінні за формою, тобто короткочасні або при неповній напрузі статевого члена):

0 - взагалі ніколи не вдавалося;

1 - дуже рідко;

2 - в більшості випадків;

3 - в звичайних умовах - завжди;

4 - в будь-яких умовах і завжди, навіть якщо обставини цьому не сприяють.

V. Напруження статевого члена (ерекція):

0 - ерекція не настає ні за яких обставин;

1 - поза статевим актом ерекція достатня, проте до моменту зносин слабшає і введення члена не вдається;

2 - доводиться застосовувати зусилля або місцеві маніпуляції, щоб викликати достатню для введення ерекцію (або ж ерекція слабшає після введення, але до сім'явиверження);

3 - ерекція неповна, але введення вдається без додаткових зусиль;

4 - ерекція настає в будь-яких умовах, навіть самих несприятливих.

VI. Тривалість зносин. Сім'явиверження настає:

0 - не настає ні при яких обставинах;

0,5 - настає не при кожному статевому акті, зносини носять затяжний, часом виснажливий характер;

1 - ще до введення члена або в момент введення;

2 - через кілька секунд після введення;

2,5 - приблизно в межах 15-20 рухів;

3-4 - через 1-2 хвилини або довше (вказати приблизну тривалість).

VII. Частота статевих відправлень. Сім'явиверження відбувається при зносинах (або нічні полюції, онанізм та ін.) в середньому:

0 - взагалі не відбувається або відбувається не частіше одного разу на рік;

1 - кілька разів на рік, але не частіше одного разу в місяць;

2 - кілька разів на місяць, але не частіше одного разу на тиждень;

3 - 2 рази або трішки частіше на тиждень;

4 – щодоби один або кілька разів.

(При заповненні цього розділу пацієнти іноді вказують тільки сім'явиверження при статевих зносинах. Тут, однак, слід зазначити всі еякуляції, що відбуваються у чоловіків при мастурбаторних актах, нічних полюціях, статевих актах, так як саме загальна частота статевих відправлень (кількість сім'явивержень) є важливим об'єктивним показником чоловічої сексуальності)

VIII. Настрій після зносин (або невдалої спроби):

- 0 – крайня пригніченість, відчуття катастрофи (або огиди до партнерки);
- 1 - розчарування, досада;
- 2 - байдужість (або деякий осад від усвідомлення, що жінка відчуває себе незадоволеною);
- 3 - задоволеність і приємна втома;
- 4 - повна задоволеність, душевний підйом.

ІХ. Оцінка успішності статевого життя:

- 0 - партнерка не хоче мати зі мною близькість;
- 1 - партнерка висловлює невдоволення;
- 2 - статеве життя відбувається зі змінним успіхом;
- 3 - статеве життя відбувається в загальному успішно;
- 4 - здатний в будь-яких умовах задовольнити жінку.

Х. Тривалість статевого розладу:

- 0 - з початку статевого життя;
- 1 – більше півроку;
- 2 - менше півроку;
- 3 - в даний час немає ніяких розладів, але вони траплялися в минулому (особливо на початку статевого життя);
- 4 - не знаю, що значить мати труднощі в статевому житті.

Якщо якісь індивідуальні прояви сексуальності чоловіка варіюються дуже широко (наприклад, тривалість статевих актів), то йому пропонується самому позначити крайні межі коливань. У кожному з розділів опитувальника СФЧ стандартні відповіді нумеруються цифрами від 0 до 4. Цифри 0, 1, 2 в кожному з десяти показників відображають різну ступінь зниження статевих функцій, 3 - середньостатистичну норму для чоловіка, 4 - сильну статеву конституцію. Тріади підсумовуються з показником Х (тривалість статевого розладу), після чого підраховується загальний (прогностичний) показник. Так, у разі

середньостатистичної норми СФЧ виглядає так: $3, 3, 3/3, 3, 3/3, 3,3/3 = 9/9/9/3 =$
30

Опитувальник установок до сексу

(Г. Айзенк, 1989)

Інструкція

«Уважно прочитайте кожне питання, оберіть свій варіант відповіді «так» або «ні», в разі утруднення вибирайте знак «?». Будь ласка, відповідайте на кожне запитання. Тут немає правильних або неправильних відповідей. Не затримуйтеся занадто довго на питанні, постарайтеся знайти миттєве рішення, яке висловить ваше почуття по відношенню до кожного конкретного питання. Деякі з них схожі на інші: не дивуйтеся цьому, як ми вже відзначали вище, є вагомі причини для того, щоб отримати одну і ту ж саму відповідь різними шляхами. Деякі з питань даного тесту пропонуються в двох варіантах - для чоловіків і для жінок (в таких випадках є відповідні позначки «М» і «Ж»). Відповідно, ви повинні відповідати на «свій» варіант».

Текст опитувальника

1. Особи протилежної статі будуть поважати вас більше, якщо ви не дуже добре знайомі з ними.
2. Секс без любові («знеособлений секс») не приносить абсолютно ніякого задоволення.
3. Необхідні цілком певні умови, щоб я відчув (а) сексуальне збудження.
4. В цілому мене задовольняє моя сексуальне життя.
5. Невинність - це найцінніше надбання дівчата.
6. Я рідко думаю про секс.
7. Іноді мені важко контролювати свої сексуальні почуття.
8. Мастурбація шкідлива для здоров'я.
9. Якщо я люблю людину, то можу робити з нею все, що завгодно.
10. Я отримую приємні відчуття, коли хтось торкається до моїх статевих органів.

11. Я далекий (а) від сексу.
12. Вид тварин, що спаровуються на вулиці, викликає огиду.
13. (М) Мені не потрібно поважати жінку або любити її для того, щоб отримувати задоволення від еротичних ласк або зносин з нею.
- (Ж) Мені не потрібно поважати чоловіка або любити його для того, щоб отримувати задоволення від еротичних ласк або зносин з ним.
14. Я дуже непривабливий (ва) в сексуальному відношенні.
15. Відверто кажучи, я надаю перевагу людям своєї статі.
16. Статеві контакти ніколи не були для мене проблемою.
17. Неприємно спостерігати, як інші цілуються на людях.
18. Сексуальні переживання іноді мені неприємні.
19. У моєї статевому житті чогось не вистачає.
20. Моя сексуальна поведінка ніколи не доставляла мені будь-яких проблем.
21. Моє любовне життя-це повне розчарування.
22. У мене ніколи не було багато побачень.
23. Я свідомо намагаюся позбутися думок про секс.
24. Я ніколи не відчував (ла) почуття провини за свої сексуальні пригоди.
25. Мене не турбує те, що людина, з якою я одружуся (за якого вийду заміж) не буде незайманою (незайманим).
26. Іноді я побоююся того, що можу опинитися неспроможним в сексуальному відношенні.
27. Мені довелося відчути сексуальний потяг до людини моєї статі.
28. У мене багато друзів протилежної статі.
29. Я відчуваю сильні сексуальні почуття, але, отримавши можливість, не можу гідно висловити себе.
30. Мені потрібно зовсім небагато, щоб відчути сексуальне збудження.
31. Батьківська опіка гальмує моє сексуальне самовираження.
32. Думки про секс занадто відволікають мене.
33. Мене часто приваблюють люди однієї зі мною статі.

34. Є речі, які я не став (ла) б робити ні з ким.
35. Дітям слід розповідати про секс.
36. Я розумію гомосексуалістів.
37. Я думаю про секс майже щодня.
38. Люди не повинні експериментувати з сексом до шлюбу.
39. Я легко збудливий (а) в сексуальному відношенні.
40. Думка про секс-оргії для мене огидна.
41. Краще не мати сексуальних зв'язків до шлюбу.
42. Мене збуджує думка про сексуального партнера іншої раси.
43. Мені подобається розглядати порнографічні знімки.
44. Моя совість занадто турбує мене.
45. Мої релігійні переконання проти сексу.
46. Сексуальні почуття іноді сильніші моєї волі.
47. Я відчуваю себе напружено з людьми протилежної статі.
48. Сексуальні думки майже зводять мене з розуму.
49. Коли я збуджуюся, то не можу думати ні про що інше, крім сексуального задоволення.
50. Я відчуваю себе легко з людьми протилежної статі.
51. Мені не подобається, коли мене цілують.
52. Дуже складно спілкуватися з людьми протилежної статі.
53. Я не вчився (лась) на чужих помилках до тих пір, поки не став (а) дорослим (ою).
54. Я відчуваю себе більш комфортно з людьми моєї статі.
55. Я отримую задоволення від еротичних ласк.
56. Я дуже заклопотаний (а) сексом.
57. Таблетки проти вагітності повинні бути доступними для широкого загалу.
58. Мені не цікаво бачити людину голою.
59. Іноді роздуми про секс приводять мене в крайнє хвилювання.

60. Мене іноді турбують думки про статеві збочення.
61. Розмови про секс приводять мене в збентеження.
62. Молоді люди повинні отримувати знання про секс з власного досвіду.
63. Жінка іноді повинна бути сексуально агресивною.
64. Жарти на сексуальні теми вселяють мені відразу.
65. Я вірю, що зможу отримати задоволення де завгодно.
66. Людина повинна отримувати знання про секс поступово, шляхом проб.
67. Молоді люди повинні мати можливість вільно розважатися по ночах без зайвого нагляду.
68. Я іноді відчуваю, що принижую свого партнера по сексу.
69. Я постарався б надійно захистити своїх дітей від будь-яких сексуальних контактів.
70. Самозадоволення зовсім не небезпечно, якщо тільки воно не досягає хворих форм.
71. (М) Я сильно збуджуюся, коли торкаюся жіночих грудей.
- (Ж) Я сильно збуджуюся, коли чоловік торкається до моїх грудей.
72. Я одночасно мав (а) кілька сексуальних партнерів.
73. Для деяких людей гомосексуалізм - це нормально.
74. Немає нічого поганого в тому, щоб спокусити дорослу людину, здатну усвідомлювати свої вчинки.
75. Я іноді відчуваю почуття ворожості по відношенню до свого партнера по сексу.
76. Мені подобається розглядати фотографії оголених людей.
77. Якби у мене була можливість таємно спостерігати, як двоє людей займаються сексом, я скористався (лась) би цим шансом.
78. Порнографічні романи повинні бути дозволені для вільної преси.
79. Проституція повинна бути дозволена законом.
80. Рішення про аборт має прийматися не кимось іншим, а тільки самою жінкою, яка зіткнулась з цією проблемою.
81. Телебачення демонструє занадто багато непристойних фільмів.

82. Подвійний стандарт про мораль, який дає чоловікам більше свободи, ніж жінкам - це явище природне, тому треба слідувати йому і далі.
83. Нам потрібно повністю скасувати інститут шлюбу.
84. У мене в молодості був невдалий сексуальний досвід.
85. Не повинно бути ніякої цензури фільмів і п'єс на сексуальні теми.
86. Секс для мене - найбільше задоволення.
87. Сексуальне потурання загрожує підірвати всі основи цивілізованого суспільства.
88. Секс необхідно розглядати тільки як спосіб розмноження, а не як джерело задоволення.
89. Абсолютна відданість одному сексуальному партнерові протягом всього життя - це така ж дурість, як і стриманість.
90. Я віддаю перевагу здійснювати статевий акт під ковдрою і в темряві.
91. Існуючу надмірну увагу, яка приділяється сексу в нашому суспільстві, можна пояснити виключно впливом засобів масової інформації.
92. Я б отримав (ла) задоволення спостерігаючи, як мій сексуальний партнер має зносини з ким-небудь іншим.
93. Сексуальні ігри між маленькими дітьми абсолютно нешкідливі.
94. Жінки не володіють таким сильним сексуальним потягом, як чоловіки.
95. Я проголосував (ла) би за закон, що дозволяє полігамію.
96. Навіть якщо хтось має статеві зносини регулярно, мастурбація все ж непогана для різноманітності.
97. Я волів би мати нового сексуального партнера щоночі.
98. Я стаю сексуально активним виключно ночами і ніколи – в денний час.
99. Я вважаю за краще мати сексуальних партнерів, які старші за мене на кілька років.
100. В моїх сексуальних фантазіях часто присутнє катування батогами.
101. Під час статевого акту я виробляю багато шуму.
102. Секс збуджує більше, якщо партнер мені незнайомий.
103. Я ніколи не зміг (ла) би обговорювати сексуальні теми з моїми батьками.

104. Є речі, які я роблю виключно для того, щоб задовольнити свого статевого партнера.
105. Я не завжди знаю точно, чи відчував (ла) я оргазм.
106. Для мене існує зовсім небагато речей, які я вважаю більш важливими, ніж секс.
107. Мені дуже подобаються немовлята.
108. Мій статевий партнер повністю задовольняє всі мої сексуальні потреби.
109. Секс для мене не так вже й важливий.
110. Більшість чоловіків просто з розуму сходять по сексу.
111. Моєму (їй) партнеру (ці) абсолютно необхідно бути вмілим (ою) в ліжку.
112. Я отримую задоволення від дуже тривалої прелюдії до статевого акту.
113. (М) Мені легко сказати своїй партнерці по сексу, що мені подобається і що немає в її поведінці в ліжку.
- (Ж) Мені легко сказати моєму партнеру по сексу, що мені подобається, а що ні в його поведінці в ліжку.
114. Мені б хотілося, щоб мій сексуальний партнер (ша) був (а) більше досвідченим (ою) і вмілим (ою).
115. Психологічні якості мого партнера по сексу для мене важливіші, ніж його фізичні переваги.
116. У мене виникає іноді бажання вкусити або подряпати свого партнера під час статевого акту.
117. Нікому ще не вдавалося задовольнити мене в ліжку.
118. Я відчуваю себе менш компетентним (ою) в сексуальному відношенні, ніж мої друзі.
119. Мене приваблює груповий секс
120. Мене збуджує думка про позашлюбні зв'язки.
121. Я зазвичай відчуваю агресію по відношенню до партнера по сексу.
122. Я оцінюю рівень моєї сексуальної активності як середній.
123. Мене приводять в збентеження порнографічні знімки.
124. Я побоююся сексуальних зв'язків.

125. (М) Я часто відчуваю бажання, щоб жінки були більш ввічливі в сексуальному плані.

(Ж) Я часто відчуваю бажання, щоб чоловіки були менш вимогливі в сексуальному плані.

126. Я не люблю, коли люди торкаються до мене.

127. Повноцінний секс - це найбільш важлива частина шлюбу.

128. Я віддаю перевагу, щоб мій сексуальний партнер диктував правила «гри».

129. Я знаходжу «простий секс» малопривабливим.

130. Я завжди займаюся любов'ю голяка.

131. Фізична привабливість партнера надзвичайно важлива для мене.

132. В сексуальному союзі найбільш важлива якість - це ніжність.

133. (М) Жіночі статеві органи естетично непривабливі.

(Ж) Чоловічі статеві органи естетично непривабливі.

134. Я проти використання непристойних виразів в змішаній компанії.

135. Ідея «обміну дружинами» мені надзвичайно противна.

136. Романтична любов - це просто дитяча ілюзія.

137. Необхідність використовувати протизаплідні засоби порушує моє сексуальне життя, оскільки секс стає занадто холоднокривним і раціональним актом.

138. Мені подобається відчувати фізичний контакт з людьми протилежної статі.

139. (М) Я не можу обговорювати сексуальні теми з моєю дружиною (або постійною партнеркою по сексу).

(Ж) Я не можу обговорювати сексуальні теми з моїм чоловіком (або постійним партнером по сексу).

140. Люди, які відвідують шоу зі стриптизом, ненормальні в сексуальному відношенні.

141. Оголене тіло людини - це приємне видовище.

142. Я можу займатися сексом, а можу і не займатися.

143. Я вважаю, що приймати протизаплідні таблетки протягом тривалого часу небезпечно для здоров'я жінки.

144. (М) Мене не дуже б турбувало, якби моя партнерка по сексу мала статеві стосунки ще з ким-небудь, аби вона повернулася до мене.

(Ж) Мене не дуже б турбувало, якби мій партнер по сексу мав статеві стосунки ще з ким-небудь, аби він повернувся до мене.

145. (М) Чоловіки більш егоїстичні в занятті любов'ю, ніж жінки.

(Ж) Жінки більш егоїстичні в занятті любов'ю, ніж чоловіки.

146. Деякі види сексу здаються мені огидними.

147. Я вважаю, що чоловік повинен бути лідером в сексуальних відносинах.

148. Жінки часто займаються сексом виключно з метою отримати від цього якийсь зиск.

149. Захоплення порнографічними журналами свідчить про невдалу спробу досягти «дорослого» ставлення до сексу.

150. В питаннях сексу жінки завжди задовольняються другим місцем.

151. Якби вас запросили на перегляд «блакитного» фільму, ви б:

а) погодилися;

б) відмовилися.

152. Якби вам запропонували почитати відверто порнографічну книгу, ви б:

а) погодилися;

б) відмовилися.

153. Якби вам запропонували взяти участь в оргії, ви б:

а) погодилися;

б) відмовилися.

154. Оптимально для вас займатися любов'ю:

а) ніколи;

б) один раз на місяць;

в) один раз на тиждень;

г) два рази в тиждень;

д) 3-5 разів на тиждень;

е) кожен день;

ж) частіше одного разу на день.

155. (М) Ви коли-небудь страждали від імпотенції:

- а) ніколи;
- б) один або два рази; кілька разів;
- г) часто;
- д) дуже часто;
- е) завжди.

(Ж) Ви коли-небудь страждали від фригідності:

- а) ніколи;
- б) один або два рази; кілька разів;
- г) часто;
- д) дуже часто;
- е) завжди.

156. (М) Ви коли-небудь страждали від ранньої еякуляції:

- а) дуже часто;
- б) часто;
- в) час від часу;
- г) не надто часто;
- д) вкрай рідко;
- е) ніколи.

(Ж) Ви часто відчуваєте оргазм під час статевого акту?

- а) дуже часто;
- б) часто;
- в) час від часу;
- г) не надто часто;
- д) вкрай рідко;
- е) ніколи.

157. В якому віці ви зробили свій перший статевий акт? (Якщо ви незайманий або незаймана, залиште питання без відповіді).

158. Дайте оцінку силі вашого сексуального потягу за шкалою: від 10 (абсолютно переповнююче і всеохопне) до 1 (дуже слабке і майже відсутнє).

159. Дайте оцінку інтенсивності впливів (моральних, естетичних, релігійних і т.д.), здатних загальмувати ваше сексуальне почуття за шкалою від 10 (українські сильні, повністю паралізують) до 1 (дуже слабкі, майже неіснуючі).

Ключі

Ключ містить номери запитань, включених в дану шкалу, і до кожного з них знак «+» або «-». Припустимо, ви маєте номер 14, а поруч знак «-»; це означає, що, відповівши на питання 14 «ні», Ви отримуєте один бал, відповівши «Так», ви не отримуєте балів, а вибравши відповідь «?», Ви маєте півбала. Якби після питання 14 стояв знак «+», тоді відповідь «так» приніс би вам один бал, відповідь «ні» - жодного балу, а відповідь «?» як і раніше півбала.

1. Дозволеність

5-, 17-, 25+, 38-, 41-, 57+, 64-, 78+, 79+, 81-, 85+, 87-, 93+, 134-

2. Реалізованість

4+, 11-, 16+, 19-, 20+, 21-, 56-, 108+, 113+, 114-, 118-, 139-

3. Сексуальна невротичність

7 +, 18 +, 20 +, 23+, 24+, 26+, 32+, 44+, 46+, 56+, 59+, 60+, 84+

4. Знеособлений секс

2-, 40-, 65+, 83+, 89+, 92+, 95+, 97+, 102+, 119+, 120+, 135-, 144+, 153+ (a)

5. Порнографія

10+, 43+, 58-, 76+, 77+, 141+, 151+ (a), 152+ (a)

6. Сексуальна сором'язливість

47+, 50-, 52+, 59+, 61+, 124+

7. Цнотливість

51+, 55-, 58+, 64+, 71-, 112-, 122-, 126+, 141-

8. Відраза до сексу

9-, 34+, 104+, 112-, 133+, 146+

9. Сексуальна збудливість

3, 6, 9 +, 30 +, 34-, 37+, 39+, 71+, 146-

10. Фізичний секс

31-, 48+, 49+, 71+, 86+, 106+, 109-, 111+, 127+, 131+

11. Агресивний секс

68+, 75+, 101+, 116+, 121+, 132-

Сексуальне лібідо

1-, 2-, 5-, 6-, 10+, 25+, 37+, 38-, 39+, 40-, 41-, 42+, 43+, 46+, 65+, 72+, 74+ ,
76+, 77+, 78+, 79+, 81-, 85+, 87-, 89+, 92+, 95+, 96+, 119+, 120+, 134-, 135-,
151+ (а), 152+ (а), 153+ (а), 154+ (деж)

«Тест міжособистісних відносин» Т. Лірі**Інструкція:**

Поставте знак «+» проти тих визначень, які відповідають вашому уявленню про себе (якщо немає повної впевненості, знак «+» не ставте).

1. Інші думають про нього прихильно
2. Справляє враження на оточуючих
3. Вміє розпоряджатися, наказувати
4. Вміє наполягти на своєму
5. Має почуття власної гідності
6. Незалежний
7. Чи здатний сам подбати про себе
8. Може проявити байдужість
9. Чи здатний бути суворим
10. Строгий, але справедливий
11. Може бути щирим
12. Критичний до інших
13. Любить поплакатися
14. Часто сумний
15. Чи здатний проявити недовіру
16. Часто розчаровується
17. Чи здатний бути критичним до себе
18. Чи здатний визнати свою неправоту
19. Охоче підпорядковується
20. Поступливий
21. Шляхетний

22. захоплюються і схильний до наслідування
23. Поважний
24. Той, хто шукає схвалення
25. Чи здатний до співпраці
26. Прагне ужитися з іншими
27. Доброзичливий, доброзичливий
28. Уважний і ласкавий
29. Делікатний
30. Чи схвалює
31. Чуйний до закликів про допомогу
32. Безкорисливий
33. Чи здатний викликати захоплення
34. Користується повагою у інших
35. Має талантом керівника
36. Любить відповідальність
37. Упевнений в собі
38. Самовпевнений і напористий
39. Діловитий і практичний
40. Любить змагатися
41. Строгий і крутий, де треба
42. Невблаганний, але неупереджений
43. Дратівливий
44. Відкритий і прямолінійний
45. Не терпить, щоб їм командували
46. Скептичний
47. На нього важко справити враження
48. Образливий, делікатне
49. Легко ніяковіє

50. Невпевнений в собі
51. Поступливий
52. Скромний
53. Чи часто вдається до самотійно
55. Охоче приймає поради
56. Довірливий і прагне радувати інших
57. Завжди люб'язний в обходженні
58. Дорожить думкою оточуючих
59. Комунікбельний і пристосування
60. Сердечний
61. Добрий, вселяє впевненість
62. Ніжний і м'якосердий
63. Любить піклуватися про інших
64. Безкорисливий, щедрий
65. Любить давати ради
66. Справляє враження значущості
67. начальницького владний
68. Владний
69. Хвалькуватий
70. Пихатий і самовдоволений
71. Думає тільки про себе
72. Хитрий і розважливий
73. Нетерпимий до помилок інших
74. своєкорисливих
75. Відвертий
76. Часто недружелюбний
77. Озлоблений
78. Скаржник

79. Ревнивий
80. Довго пам'ятає образи
81. Схильний до самобичування
82. Сором'язливий
83. Безініціативний
84. Лагідний
85. Залежний, несамотійний
86. Любить підкорятися
87. Надає іншим право приймати рішення
88. Легко потрапляє в халепу
89. Легко потрапляє під вплив друзів
90. Готовий довіритися кожному
91. Прихильний всім без розбору
92. Всім симпатизує
93. Прощає все
94. Переповнений надмірним співчуттям
95. Великодушний і терпимо до недоліків
96. Прагне протегувати
97. Прагне до успіху
98. Чекає захоплення від кожного
99. Розпоряджається іншими
100. Деспотичний
101. Судить про людей за рангом і достатку, а не за особистими якостями
102. Марнолюбний
103. Егоїстичний
104. Холодний, черствий
105. Уїдливий, глузливий
106. Злісний, жорстокий

107. Часто гнівливий
108. Байдужа, байдужий
109. Злопам'ятний
110. Проникнуть духом протиріччя
111. Упертий
112. Недовірливий і підозрілий
113. Боязкий
114. Сором'язливий
115. Відрізняється надмірної готовністю підкорятися
116. М'якотілий
117. Майже ніколи і нікому не заперечує
118. Ненав'язливий
119. Любить, щоб його опікали
120. Надмірно довірливий
121. Прагне здобути прихильність кожного
122. З усіма погоджується
123. Завжди доброзичливий
124. Всіх любить
125. Занадто поблажливий до оточуючих
126. Намагається втішити кожного
127. Піклується про інших на шкоду собі
128. Псує людей надмірною добротою

Особливості спілкування між подружжям
(Ю.Є. Альошина, Л.Я. Гозман, Е.М. Дубовская)

Інструкція

Дайте відповідь, будь ласка, на запропоновані нижче питання. Постарайтеся обраний варіант відповіді, який найбільш повно відповідає саме Вашої точці зору на ситуацію, що склалася в Ваших стосунках.

Текст опитувальника

1. Чи можна сказати, що вам з партнером, як правило, подобаються одні й ті ж фільми, книги, спектаклі?
 - А. Так.
 - Б. Скоріше так, ніж ні.
 - В. Скоріше ні, ніж так.
 - Г. Немає.
2. Чи часто у вас в розмові з партнером виникає почуття спільності, повного взаєморозуміння?
 - А. Дуже рідко.
 - Б. Досить рідко.
 - В. Досить часто.
 - Г. Дуже часто.
3. Чи є у вас улюблені фрази, вирази, які означають для вас обох одне і те ж, і ви з задоволенням використовуєте їх?
 - А. Так.
 - Б. Скоріше так, ніж ні.
 - В. Скоріше ні, ніж так.
 - Г. Немає.
4. Чи можете ви передбачити, чи сподобається вашому партнерові фільм, книга і т.п.?
 - А. Так.
 - Б. Скоріше так, ніж ні.

В. Скоріше ні, ніж так.

Г. Немає.

5. Як ви думаєте, чи відчуває ваш партнер, чи подобається вам те, що вона (він) говорить або робить, якщо ви прямо їй (йому) про це не говорите?

А. Практично завжди.

Б. Досить часто.

В. Досить рідко.

Г. Практично ніколи.

6. Чи розповідаєте ви партнерові про свої стосунки з іншими людьми?

А. Розповідаю практично всі.

Б. Розповідаю досить багато.

В. Розповідаю досить мало.

Г. Чи не розповідаю практично нічого.

7. Чи бувають у вас з партнером розбіжності з приводу того, які відносини підтримувати з родичами?

А. Так, бувають майже постійно.

Б. Бувають досить часто.

В. Бувають досить рідко.

Г. Ні, не бувають майже ніколи.

8. Наскільки добре ваш партнер розуміє вас?

А. Дуже добре розуміє.

Б. Швидше добре, ніж погано.

В. Швидше погано, ніж добре.

Г. Зовсім не розуміє.

9. Чи можна сказати, що ваш партнер відчуває, що ви ображені або роздратовані чимось, але не хочете цього показати?

А. Так, це так.

Б. Ймовірно, це так.

В. Навряд чи це так.

Г. Ні, це не так.

10. Як ви вважаєте, чи розповідає вам партнер про свої невдачі і промахи?
- А. Розповідає практично завжди.
 - Б. Розповідає досить часто.
 - В. Розповідає досить рідко.
 - Г. Чи не розповідає практично ніколи.
11. Чи буває так, що якесь слово або предмет викликає у вас двох один і той же спогад?
- А. Дуже рідко.
 - Б. Досить рідко.
 - В. Досить часто.
 - Г. Дуже часто.
12. Коли у вас неприємності, поганий настрій, чи стає вам легше від спілкування з партнером?
- А. Так, практично завжди.
 - Б. Досить часто.
 - В. Досить рідко.
 - Г. Ні, майже ніколи.
13. Як ви думаєте, чи є теми, на які партнеру важко і неприємно розмовляти з вами?
- А. Таких тим дуже багато.
 - Б. Їх досить багато.
 - В. Їх досить мало.
 - Г. Таких тим дуже мало.
14. Чи буває так, що в розмові з партнером ви відчуваєте себе скуто, не можете підібрати потрібних слів?
- А. Дуже рідко.
 - Б. Досить рідко.
 - В. Досить часто.
 - Г. Дуже часто.
15. Чи є у вас з партнером сімейні традиції?

- А. Так.
- Б. Скоріше так, ніж ні.
- В. Скоріше ні, ніж так.
- Г. Немає.

16. Чи може ваш партнер без слів зрозуміти, який у вас настрій?

- А. Практично ніколи.
- Б. Досить рідко.
- В. Досить часто.
- Г. Практично завжди.

17. Чи можна сказати, що у вас з партнером однакове ставлення до життя?

- А. Так.
- Б. Скоріше так, ніж ні.
- В. Скоріше ні, ніж так.
- Г. Немає.

18. Чи буває так, що ви не розповідаєте партнерові про новину, яка важлива для вас, але для неї (нього) не має прямого відношення?

- А. Дуже рідко.
- Б. Досить рідко.
- В. Досить часто.
- Г. Часто.

19. Чи розповідає вам партнер про свій фізичний стан?

- А. Розповідає майже все.
- Б. Розповідає досить багато.
- В. Розповідає досить мало.
- Г. Чи не розповідає майже нічого.

20. Чи відчуваєте ви, чи подобається вашому партнеру те, що ви робите або говорите, якщо вона (він) прямо не говорить про це?

- А. Практично завжди.
- Б. Досить часто.
- В. Досить рідко.

Г. Практично ніколи.

21. Чи можна сказати, що ви згодні один з одним в оцінці більшості своїх друзів?

А. Ні.

Б. Скоріше ні, ніж так.

В. Скоріше так, ніж ні.

Г. Так.

22. Як ви думаєте, чи може ваш партнер передбачити, чи сподобається вам той чи інший фільм, книга і т.п.?

А. Думаю, так.

Б. Скоріше так, ніж ні.

В. Скоріше ні, ніж так.

Г. Думаю, немає.

23. Якщо ви зробили помилку, чи розповідаєте ви партнеру про свої невдачі?

А. Чи не розповідаю практично ніколи.

Б. Розповідаю досить рідко.

В. Розповідаю досить часто.

Г. Розповідаю практично завжди.

24. Чи буває так, що, коли ви знаходитесь серед інших людей, партнеру досить подивитися на вас, щоб зрозуміти, як ви ставитеся до того, що відбувається?

А. Дуже рідко.

Б. Досить рідко.

В. Досить часто.

Г. Дуже часто.

25. Як ви вважаєте, наскільки ваша дружина (чоловік) відверта з вами?

А. Повністю відверта.

Б. Швидше, відверта (відвертий).

В. Швидше, невідвертість.

Г. Зовсім невідвертість.

26. Чи можна сказати, що вам легко спілкуватися з партнером?

- А. Так.
- Б. Скоріше так, ніж ні.
- В. Скоріше ні, ніж так.
- Г. Немає.

41. Чи є теми, на які вам важко і неприємно говорити з партнером?

- А. Таких тим дуже багато.
- Б. Їх досить багато.
- В. Їх досить мало.
- Г. Таких тим дуже мало.

42. Чи часто у вас з партнером виникають розбіжності з приводу того, як виховувати дітей?

- А. Дуже рідко.
- Б. Досить рідко.
- В. Досить часто.
- Г. Дуже часто.

43. Як ви думаєте, чи можна сказати, що вашому партнеру легко спілкуватися з вами?

- А. Так.
- Б. Скоріше так, ніж ні.
- В. Скоріше ні, ніж так.
- Г. Немає.

44. Чи розповідаєте ви партнерові про свій фізичний стан?

- А. Розповідаю майже все.
- Б. Розповідаю досить багато.
- В. Розповідаю досить мало.
- Г. Чи не розповідаю майже нічого.

45. Як ви думаєте, чи доводилося вашому партнерові шкодувати, що вона (він) розповіла (розповів) вам щось дуже важливе для неї (нього)?

- А. Практично ніколи.
- Б. Досить рідко.

В. Досить часто.

Г. Практично завжди.

46. Чи виникало у вас коли-небудь почуття, що у вас з партнером існує своя мова, невідома нікому з навколишніх?

А. Так.

Б. Скоріше так, ніж ні.

В. Скоріше ні, ніж так.

Г. Немає.

47. Як ви вважаєте, чи є у вашого партнера таємниці від вас?

А. Так.

Б. Скоріше так, ніж ні.

В. Скоріше ні, ніж так.

Г. Немає.

48. Чи буває так, що коли ви перебуваєте серед інших людей, партнерові досить подивитися на вас, щоб зрозуміти, як ви ставитеся до того, що відбувається?

А. Дуже часто.

Б. Досить часто.

В. Досить рідко.

Г. Дуже рідко.

Ключ віднесення питань до шкал

1. Конфіденційність спілкування - питання:

а) 6, 23, 25, 39, 44;

б) 10, 19, 30, 37, 47.

2. Взаєморозуміння між подружжям - питання:

а) 4, 20, 31, 34, 36;

б) 5, 8, 9, 16, 22.

3. Подібність в поглядах подружжя - питання: 1, 17, 21, 32, 42.

4. Загальні символи сім'ї - питання: 3, 11, 15, 40, 46.

5. Легкість спілкування між подружжям - питання: 2, 14, 26, 27, 48.

6. «Психотерапевтичне» спілкування - питання: 12, 28, 29, 41,45.

У всіх питаннях, перед номером яких варто «+»,

- першої альтернативи (А) приписується значення 4 бали,
- другий (Б) - 3 бали,
- третій (В) - 2 бали,
- четвертої (Г) - 1 бал.

Якщо перед номером питання стоїть «-», то

- першої альтернативи (А) приписується значення 1 бал,
- другий (Б) - 2 бали,
- третій (В) - 3 бали,
- четвертої (Г) - 4 бали.

По кожній з шкал підраховується індекс, значення якого дорівнює середньому арифметичному відповідей входять в шкалу питання.